



## Stepping Stones - Elterngruppen im SPZ Frühdiagnosezentrum Würzburg

---

Im SPZ Frühdiagnosezentrum in Würzburg werden seit 2005 regelmäßig Stepping Stones-Elterngruppenkurse im Rahmen der Patientenbetreuung angeboten. Die Seminare richten sich an alle Personen, die in die Erziehung und Betreuung der Kinder involviert sind, insbesondere also an die Eltern, aber auch an Pflegeeltern, Großeltern oder Paten.

Es ist unterschiedlich, wie viele Familienmitglieder in die Gruppen kommen, vormittags erscheint zumeist nur ein Elternteil, abends kommen oft Paare oder noch zusätzliche Familienmitglieder in die Kurse. Die Größe einer Gruppe liegt durchschnittlich bei drei bis sechs Familien. Es wurde anfangs überlegt, ob es nötig sei, die Gruppen zu homogenisieren, z.B. bezüglich des Alters der Kinder, des Bildungshintergrundes der Eltern oder der Art der Behinderung des Kindes. Aus organisatorischen Gründen setzen sich die Gruppen jedoch oft recht heterogen zusammen: Einerseits bezüglich der sozialen Situation und des Bildungshintergrundes der Eltern, andererseits auch bezüglich des Alters und der Art der Behinderung des Kindes.

### “Ein gut sortierter Werkzeugkasten”

Das Stepping Stones Triple P-Elterntraining wird gern mit dem Bild eines gut sortierten Werkzeugkastens verglichen: Psychoedukativ werden mit den Eltern Erziehungsfertigkeiten (die Werkzeuge) besprochen, reflektiert und von den Eltern zu Hause erprobt, dann wieder in der Gruppe und im Telefonkontakt reflektiert und gegebenenfalls neu angepasst. Die Erziehungsfertigkeiten an sich sind den meisten Eltern nicht neu, aber sie sind gut aufbereitet und gut strukturiert; am Ende werden verschiedene Erziehungsfertigkeiten zusammengefasst in die sogenannten Routinen oder von den Eltern selbst im Aktivitätenplan für sogenannte Risikosituationen. Damit werden - um im Bild zu bleiben - die Werkzeuge für die verschiedenen Erziehungssituationen sortiert und sind in den konkreten Situationen dann auch “griffbereit”. Denn man braucht für die meisten Situationen im Alltag nicht nur eine Strategie, so wie man auch zum Zusammenbauen eines Schrankes nicht nur einen Hammer braucht.

### Prinzip Selbstregulation

Ein ganz wesentlicher Punkt ist das Prinzip der Selbstregulation der Eltern. Es geht um die Förderung individueller Verantwortlichkeit für Erziehungsentscheidungen, die Förderung der Selbstwirksamkeitsüberzeugung durch Vermittlung von Selbstmanagementfähigkeiten, die Nutzung von Ressourcen und die Betonung der Bedeutung von selbstständigem Problemlösen in der Zukunft. Die Eltern sollen lernen, die von ihnen angestrebten Ziele, die angemessen und erreichbar für das Kind mit seinem aktuellen Entwicklungsstand sein müssen, durch geeignetes Erziehungsverhalten zu erreichen. Dazu gehört es, die Kinder zu ermutigen und zu verstärken, sich auszudrücken, ihre Gefühle angemessen zu äußern, angemessenes und erwünschtes Verhalten zu zeigen, neue Fähigkeiten zu lernen, selbstständiger zu werden und mit Grenzen und Frustrationen umzugehen. Als Folge daraus soll erreicht werden, dass die Kinder sich in ihrem Rahmen gut entwickeln und Verhaltensprobleme deutlich abnehmen.



## “Es tut so gut zu merken, dass andere so ähnliche Probleme haben”

Ein weiterer starker Effekt liegt im Austausch der Eltern zu den im Training vorgegebenen Themen. Wahrzunehmen, dass andere Eltern von Kindern mit Entwicklungsauffälligkeiten oder Behinderung ganz ähnliche Fragen, Probleme und Alltagssituationen haben, die teilweise weit entfernt von typischen Elternfragen sind, tut gut. Die Struktur des Programms mit den darin vorgesehenen Gesprächen in Kleingruppen und der Gesamtgruppe liefern hierbei lösungsorientierte und handlungsfähig machende Themen und führen dazu, dass Gespräche und Auseinandersetzungen nicht immer zu den gleichen Themen oft eher allgemeiner Art oder zu Problembeschreibungen, aus denen durch das Bereden keine Lösung sondern Verfestigung erreicht wird, geführt werden. Der Austausch nimmt einerseits Schuldgefühle, andererseits das Gefühl von Isolation und Einsamkeit, welches bei vielen Familien mit behinderten Kindern besteht. Auch die Situation der Geschwister wird hier häufig thematisiert. Auf dem Weg der Verarbeitung des Themas, ein Kind mit Behinderung zu haben, kann auch dieser Austausch und das Erleben, wie andere mit diesem Thema umgehen, wichtig sein.

Genau hier, in der Wahrnehmung der Ähnlichkeit aber auch der Unterschiede zu den anderen Familien, können sich auch Schwierigkeiten ergeben. Teilweise wird deutlich, wie unterschiedlich schwer die Kinder beeinträchtigt sind, und das kann für einzelne Eltern sehr schwierig sein. Auch die unterschiedlich gute Führbarkeit der Kinder kann deutlich werden, wenn bei einigen Eltern schon die Erziehungsfertigkeiten zur Förderung angemessener Verhaltensweisen dazu führen, dass Problemverhalten verschwindet, andere Kinder hierauf noch kaum reagieren. Da in Gruppen häufig beide Elternteile dabei sind, wird Alleinerziehenden oder Quasi-Alleinerziehenden oft schmerzlich bewusst, dass sie alles alleine stemmen müssen und sich nicht auf jemand anderes verlassen können. Oder Paaren wird erst innerhalb des Elterntrainings bewusst, wie sehr sie sich in ihrer Einschätzung des Kindes und ihrer Vorstellung von Erziehung unterscheiden. Natürlich ist es die Aufgabe des Trainers oder der Trainerin, in solchen Situationen Eskalationen zu vermeiden und passende Zusatzangebote zu gestalten oder zu empfehlen. Dies ist jedoch nicht immer einfach.

## Gruppenzusammensetzungen

Aus unseren Erfahrungen sind Gruppen mit 4 bis 8 Personen ideal. Wenn nur ein Elternteil pro Familie kommt, lieber maximal 6 Personen. In einer Abendgruppe waren auch schon bis zu 14 Personen anwesend. Das geht auch, es muss dann jedoch intensiver in den Kleingruppen gearbeitet werden und in der Großgruppe können viele Themen nur exemplarisch besprochen werden. Die Telefonkontakte werden hierdurch dann noch wichtiger, um die Inhalte an die Bedürfnisse der einzelnen Familien anzupassen. In kleineren Gruppen können viele Dinge schon direkt in den Gruppensitzungen besprochen werden. Bei sehr kleinen Gruppen wiederum kommt es sehr darauf an, inwieweit die Eltern harmonisieren und welche Themen sie haben. Unsere Erfahrung ist, dass je kleiner die Gruppe ist, es umso schwieriger wird, wenn sie sehr heterogen ist. In größeren Gruppen scheint das weniger problematisch. Heterogen können die Gruppen sein aufgrund des Bildungshintergrunds der Eltern, der Verarbeitung der Behinderung, verschiedener pädagogischer Ansichten und unterschiedlichem Vorwissen. Auch stammen unsere Familien häufig aus unterschiedlichen Kulturkreisen. Und auch die Kinder, um die es geht, variieren bezüglich Alter, sprachlicher Fähigkeiten, außerhäuslicher Betreuung und besonders auch der Art der Behinderung und dem Ausmaß, inwieweit damit Entwicklungsrückstände in verschiedenen Bereichen und Verhaltensauffälligkeiten verbunden sind.

In unseren Gruppen nehmen Eltern von Kindern mit Intelligenzminderung, Körperbehinderung, Mehrfachbehinderung, Syndromen (u.a. Trisomie 21), Aufmerksamkeitsstörung bei zusätzlich bestehender Entwicklungsstörung und deutlichen Sprachentwicklungsstörungen teil, die zumeist zusätzliche Verhaltensprobleme



zeigen oder aus anderen Gründen besondere Anforderungen an den Erziehungsalltag ihrer Eltern stellen. Bezogen auf einige Bereiche kann es vorteilhaft sein, heterogene Gruppen zu haben. Wenn eine Familie erst kürzlich die Behinderung ihres Kindes als Diagnose mitgeteilt bekommen hat und andere Familien von ihren Erfahrungen aus dieser schmerzlichen Phase berichten können, kann das sehr hilfreich sein. Oder wenn Eltern von etwas älteren Kindern berichten, wie sie die ausgedehnte Trotzphase ihres Kindes überstanden haben, was geholfen hat und dass diese schwierigen Phasen dann auch irgendwann vorbei waren. In anderen Situationen kann es schwierig werden, wenn z.B. Einstellungen der Eltern sehr stark voneinander abweichen oder Familien im Vergleich mit anderen Familien sehen, welche Punkte bei ihnen besonders belastend und nicht mit den anderen vergleichbar sind.

Auch das intellektuelle Niveau der Eltern ist oft sehr unterschiedlich; neben Müttern, die einen Förderschulabschluss haben, sitzen Akademikerinnen, oft auch Pädagoginnen. Die einen reflektieren ihr bisheriges Verhalten insgesamt kritisch, überdenken es und suchen sich das, was sie brauchen sehr gezielt aus dem Training aus, die anderen profitieren sehr von den Filmen und Beispielen und verändern so vom konkreten Ausprobieren her ihr erzieherisches Handeln. In den Gruppen ist es hierbei immer wieder die Kunst, eine gemeinsame, allen verständliche Sprache zu finden und manche Dinge häufig genug zu wiederholen, ohne dabei für andere langweilig zu werden.

Das Entscheidende scheint also, immer wachsam zu sein und die Rolle als Trainerin auch als Rolle der Beobachterin, Moderatorin und Vermittlerin auszufüllen. Und es ist immer wichtig, um die Grenzen dieses Angebots zu wissen und auch zu wissen, wo für eventuell auftretende Fragestellungen und Themen der richtige Rahmen ist, den wir den Eltern anbieten oder auf den wir verweisen können.

## Begrenzungen und Freiheit

Das Thema von Grenzen und Freiheit, welches eines der grundlegenden Themen in der Erziehung von Kindern ist, ist auch ein Thema in der Rolle als Stepping Stones-Trainerin. Wir haben es im Verlaufe der Gruppensitzungen immer mehr zu schätzen gelernt, ein Manual zu haben, in dessen Rahmen wir uns bewegen können. Die vorgegebene Struktur hilft, alle wichtigen Inhalte zu vermitteln, einem sinnvollen Aufbau zu folgen und die Zeit, die zur Verfügung steht, hoch effizient zu nutzen. Gleichzeitig findet sich in diesem Rahmen die Freiheit, sich auf Wesentliches zu konzentrieren, nämlich auf die Eltern. Natürlich gibt es manchmal Themen, die vielleicht mehr "brennen" als der Erziehungsalltag, die von den Eltern auch angesprochen werden, z.B. die gesellschaftliche Situation von Familien mit behinderten Kindern. Im Rahmen von Stepping Stones ist es klar, dass diese Diskussion nur an bestimmten Stellen und nur eng auf die direkte Lebenssituation der Einzelnen bezogen geführt werden kann, auch wenn sie sicherlich an anderer Stelle ausführlicher behandelt werden muss. Wenn man sich nach Durchführung einiger Elterngruppen sicher innerhalb des Manuals bewegen kann, werden die Freiräume, auf Bedürfnisse und Themen der einzelnen Eltern einzugehen, immer größer. Die anfangs etwas künstlich und mechanistisch wirkende Vermittlung einzelner Erziehungsfertigkeiten hindert nach meiner Erfahrung nicht daran, dass Eltern grundlegende Werte wie Beziehung und Präsenz vermittelt werden, sondern im Gegenteil erfahren sie durch diese anfängliche Vereinfachung, Segmentierung und Konzentration auf einzelne Erziehungskompetenzen diese Grundwerte im alltäglichen Tun. Beispielsweise wird das spürbar während eines Rollenspieles zur Startroutine. Obwohl es die Eltern meistens etwas Überwindung kostet, sind sie in der Regel besonders über die Erfahrung beim Spielen des Kindes überrascht, nämlich die Erfahrung, dass wenn die Rollenspiel-Mutter penetrant freundlich und geduldig absolut präsent bleibt, anstelle zu drohen, lauter zu werden oder bis 10 zu zählen, das Folgen einer Aufforderung zur Selbstverständlichkeit wird, ohne das Gefühl, dass die erwachsene Person eine besondere Macht ausgeübt habe. Die Durchsetzungskraft liegt nämlich hierbei in der Beharrlichkeit und darin sind sonst meistens die Kinder besser als die Eltern.



## **Ansprechpartner**

Frau Annette Walter

Psychologin, Triple P-Trainerin, Stepping Stones-Trainerin

[Frühdiagnosezentrum SPZ Würzburg](#)