



Triple P Wege

Was ist Triple P Wege?

Triple P Wege wurde als intensives Programm für Eltern entwickelt, die Schwierigkeiten mit der Emotionsregulation haben und demzufolge ein erhöhtes Risiko aufweisen, ihre Kinder körperlich oder emotional zu verletzen. Triple P Wege erfordert eine vorherige Teilnahme der Eltern an Sitzungen der Ebene 4, in denen sie Fertigkeiten zur Positiven Erziehung und zum Umgang mit Kindern erlernt haben. Triple P Wege kann entweder im Gruppen- oder Einzelkontakt durchgeführt werden und beinhaltet zwei bis fünf 60- bis 90-minütige Sitzungen. Es gibt drei Kernmodule, mit denen Eltern unterstützt werden neue Attributionsstile (Denkweisen) sowie Strategien zum Umgang mit Ärger zu erlernen und die ihnen helfen, positive Erziehungsfertigkeiten zu verbessern und/oder aufrechtzuerhalten.

Für wen ist es geeignet?

Eltern, die häufig negative Fehlannahmen darüber machen, warum sich ihr Kind daneben benimmt, und die Schwierigkeiten haben, im Kontakt mit ihrem Kind mit eigenem Ärger umzugehen, profitieren von Triple P Wege. Üblicherweise haben die Eltern bereits ein Programm der Ebene 4 abgeschlossen und benötigen zusätzliche Unterstützung, um positive Erziehungsfertigkeiten zu verbessern oder aufrechtzuerhalten.

Was wird in den Sitzungen mit Eltern behandelt?

Modul 1, Sitzung 1: Erziehungsfallen erkennen und verstehen. In dieser Sitzung lernen Eltern, Erziehungsfallen zu erkennen, den Einfluss ihres eigenen Verhaltens auf ihre Kinder zu verstehen und ungünstige Annahmen zu identifizieren.

Modul 1, Sitzung 2: Erziehungsfallen entkommen. Diese Sitzung beinhaltet Gründe, aus denen Eltern in Erziehungsfallen geraten sowie Möglichkeiten, Gedanken zu verändern und Erziehungsfallen zu entkommen.

Modul 2, Sitzung 1: Ärger erkennen und verstehen. In dieser Sitzung werden folgende Themen vorgestellt: kognitive Verhaltensstrategien zum Erkennen und Verstehen von Ärger; wie man die Eskalation von Ärger stoppen kann; die Bauchatmung und Entspannungstechniken; sowie das Planen von Aktivitäten, die Freude machen.

Modul 2, Sitzung 2: Mit Ärger umgehen. In diesen Sitzungen lernen Eltern, wie man hinderliche Gedanken aufspüren, eigene hilfreiche Leitsätze entwickeln, hinderliche Gedanken in Frage stellen und Stressbewältigungspläne für Risikosituationen entwickeln kann.

Modul 3, Sitzung 1: Erfolge aufrechterhalten und das Programm beenden. In dieser Abschlusssitzung geht es darum, wie Eltern Veränderungen aufrechterhalten, zukünftig Probleme lösen und sich Ziele für die Zukunft setzen können.

Welche Materialien erhalten Eltern?

Jede Familie erhält je ein Exemplar der drei Triple P Wege-Arbeitsbücher.



Wie viel Zeit wird zur Durchführung von Triple P Wege benötigt?

Zusätzlich zu den Sitzungen sollte der Trainer Zeit für die Auswertung der Fragebögen und für die Vorbereitung auf die Sitzungen und/oder Supervision einplanen. In der nachfolgenden Tabelle finden Sie ungefähre Richtwerte der Durchführungszeit.

Angebot	Dauer der Sitzungen	Auswertung und Rückmeldung der Fragebogenergebnisse – Prä und Post Diagnostik**	Telefonkontakt oder Hausbesuch	Vor- und Nachbereitung der Sitzungen / Supervision***	Notizen und Falldokumentation****	Gesamtzeit
Triple P Wege* (Einzelprogramm)	5-7½ Stunden (60-90 Minuten pro Sitzung für 5 Sitzungen)	½ Stunde	1½ Stunden	2 Stunden	2 Stunden	11-13½ Stunden je Familie
Triple P Wege* (Gruppenprogramm)	10 Stunden (2 Stunden pro Sitzung für 5 Sitzungen)	2 Stunden (bei 8 Familien pro Gruppe)	12 Stunden (bei 8 Familien pro Gruppe, à 90 Minuten)	4 Stunden	4 Stunden (bei 8 Familien pro Gruppe, à 30 Minuten)	32 Stunden je Gruppe

*Ausgehend von durchschnittlich 2 abgeschlossenen Modulen pro Familie zusätzlich zum Training der Ebene 4.

**Für die Auswertung des Fragebogens zur Zufriedenheit mit dem Programm sollten pro Familie 2-3 Minuten zusätzlich eingeplant werden.

***Bitte planen Sie für die Vorbereitung Ihrer ersten Triple P Wege-Angebote zusätzliche Zeit ein.

****Ausführliche Berichte nicht eingeschlossen.

Was beinhaltet die Fortbildung?

Um Triple P Wege mit Familien durchführen zu können, müssen Fachleute aktiv am Fortbildungsseminar teilnehmen sowie ihr Wissen und ihre Kompetenzen in der Durchführung des Programms im Rahmen der Akkreditierung demonstrieren. In der nachfolgenden Tabelle finden Sie eine ungefähre Schätzung der Zeit, die Fachleute für die Teilnahme am Fortbildungsseminar und Akkreditierungsworkshop sowie für die notwendige Vorbereitung und kollegiale Unterstützung einplanen sollten.

Fortbildung	Anzahl der Fortbildungstage	Evtl. Übungsworkshop	Vorbereitungszeit auf Akkreditierungsworkshop	Akkreditierungsworkshop	Kollegiale Unterstützung	Gesamtzeit
Triple P Wege*	2 Tage	Nicht erforderlich	4-6 Stunden (Akkreditierungsquiz und Vorbereitung der Kompetenzbereiche)	½ Tag	Nicht erforderlich (Kombination mit Programm der Ebene 4)	3½ Tage

* Teilnehmer müssen zuvor eine Fortbildung der Ebene 4 absolviert haben.

Welche Materialien erhalten Fachleute?

Jeder Teilnehmer erhält während der Fortbildung je ein Exemplar folgender Triple P-Materialien:

- Kit für Triple P Wege (Materialbox mit Trainermanual, CD-ROM mit Elternkursfolien und Triple P Wege-Arbeitsbüchern).