



## Triple P-Gruppentraining

---

### Was ist das Triple P-Gruppentraining?

Das Triple P-Gruppentraining ist ein Elternkurs, der über acht Wochen hinweg mit Eltern von Kindern bis zu 12 Jahren durchgeführt wird, welche daran interessiert sind, vielfältige Erziehungsfertigkeiten zu erlernen. Eltern könnten z.B. daran interessiert sein, die Entwicklung und Potentiale ihres Kindes zu fördern, oder sie machen sich vielleicht Sorgen wegen seines Verhaltens. Das Programm beinhaltet vier (2-stündige) Gruppensitzungen mit bis zu 12 Eltern. Diese nehmen aktiv an vielfältigen Übungen teil, um mehr über mögliche Einflüsse auf das Verhalten von Kindern, über das Setzen spezifischer Ziele und den Einsatz von Erziehungsfertigkeiten zur Förderung der Entwicklung von Kindern, zum Umgang mit Problemverhalten und zum Vorausplanen für Risikosituationen zu erfahren. Darüber hinaus gibt es drei (15- bis 30-minütige) individuelle telefonische Beratungen, um die Eltern beim selbstständigen Problemlösen während der Umsetzung der Erziehungsfertigkeiten zu Hause zu unterstützen. Die Gruppe kommt dann noch einmal zusammen, um über Fortschritte und Schwierigkeiten bei der Aufrechterhaltung und Generalisierung zu sprechen sowie um die Abschlussfragebögen auszufüllen.

### Für wen ist es geeignet?

Eltern oder andere Betreuungspersonen, die sich Sorgen um geringfügige oder mittlere Verhaltensprobleme ihres Kindes machen oder einfach Verhaltensproblemen vorbeugen möchten, profitieren vom Triple P-Gruppentraining. Auch Eltern, die bereits ein Programm niedrigerer Ebene abgeschlossen und nicht die gewünschten Ziele erreicht haben, können vom Triple P-Gruppentraining profitieren. Üblicherweise möchten sie vielfältige Erziehungsfertigkeiten erlernen, die sie in verschiedenen Situationen anwenden können. Dazu müssen die Eltern bereit sein, an allen acht Sitzungen teilzunehmen.

### Was wird in den Sitzungen mit Eltern behandelt?

**Sitzung 1: Positive Erziehung.** Diese Sitzung gibt den Eltern eine Einführung in Positive Erziehung, Einflüsse auf das Verhalten von Kindern sowie das Setzen von Zielen für Veränderung. Zu Beginn dieser Sitzung geben die Eltern die ausgefüllten Fragebögen ab.

**Sitzung 2: Die Entwicklung von Kindern fördern.** In dieser Sitzung bespricht der Trainer, wie man die Beziehung zu Kindern stärken, wie man wünschenswertes Verhalten unterstützen und ihnen neue Fertigkeiten und Verhaltensweisen beibringen kann.

**Sitzung 3: Mit Problemverhalten umgehen.** In dieser Sitzung vermittelt der Trainer den Eltern zusätzliche Erziehungsfertigkeiten zum Umgang mit Problemverhalten. Eltern lernen auch, Erziehungsroutinen zur Förderung der Kooperation zu entwickeln und mit mangelnder Kooperation ihrer Kinder umzugehen. Sie haben in dieser Sitzung außerdem Gelegenheit, diese Routinen zu üben.

**Sitzung 4: Vorausplanen.** Diese Sitzung beinhaltet Überlebensstipps für Familien, das Erkennen von immer noch schwierigen Risikosituationen und die Entwicklung von Aktivitätenplänen zur Unterstützung wünschenswerten Verhaltens von Kindern in Risikosituationen (z.B. Einkaufen gehen, Geschwisterstreit, sich für die Schule fertig machen). Die Eltern bereiten sich in dieser Sitzung außerdem auf die Telefonkontakte vor.



**Sitzung 5–7: Erziehungsfertigkeiten einsetzen 1-3.** Der Trainer gibt Rückmeldung zu den Fragebogenergebnissen der Familie und hilft den Eltern dann unter Berücksichtigung des Selbstregulationsansatzes, ihre Umsetzung der Aktivitätenpläne für Risikosituationen einzuschätzen. Darauf aufbauend setzen sich Eltern ggf. Ziele für die weitere Verbesserung ihrer Abläufe.

**Sitzung 8: Abschlusssitzung.** Die Eltern kommen noch einmal zu einer abschließenden Gruppensitzung zusammen, um über Fortschritte, Überlebensstipps für Familien, Möglichkeiten zur Aufrechterhaltung der erreichten Veränderungen und zukünftiges Problemlösen zu sprechen sowie um das Programm zu beenden. Ggf. können Möglichkeiten zur Weiterverweisung besprochen werden.

## Welche Materialien erhalten Eltern?

Jede Familie erhält ein Exemplar des Triple P-Gruppenarbeitsbuches. Dieses Arbeitsbuch enthält alle Inhalte der einzelnen Sitzungen sowie Platz für schriftliche Übungen und eine Zusammenfassung aller Aufgaben für die Zeit zwischen den Sitzungen.

## Wie viel Zeit wird zur Durchführung des Triple P-Gruppentrainings benötigt?

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

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
<b>Triple P-Gruppentraining</b>	<b>10 Stunden</b> (5 Gruppensitzungen à 2 Stunden)	<b>5 Stunden</b> (10 Familien à ½ Stunde)	<b>15 Stunden</b> (10 Familien, 3 Termine à ½ Stunde je Familie)	<b>5 Stunden</b>	<b>5 Stunden</b> (10 Familien à ½ Stunde)	<b>40 Stunden je Gruppe à 10 Familien</b>

\*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-Gruppentrainings zusätzliche Zeit ein.

\*\*\*Ausführliche Berichte nicht eingeschlossen.

## Was beinhaltet die Fortbildung?

Um Triple P-Gruppentrainings mit Familien durchführen zu können, müssen Fachleute aktiv am Fortbildungsseminar teilnehmen sowie ihr Wissen und ihre Kompetenzen in der Durchführung des Programms im Rahmen einer 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-Gruppentraining	3 Tage	1 Tag	4-6 Stunden (Akkreditierungsquiz und Vorbereitung der Kompetenzbereiche)	½ Tag	2-3 Stunden (einstündige Treffen pro Monat)	5½ Tage

## Welche Materialien erhalten Fachleute?

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

- Kit für das Triple P-Gruppentraining (Materialbox mit Trainermanual, CD-ROM mit Elternkursfolien und einem Triple P-Gruppenarbeitsbuch).
- DVD „Überlebenshilfe für Eltern von Kindern bis 12 Jahre“.