



## Über Triple P

---

**Triple P ("Positive Parenting Program") ist weltweit eines der wirksamsten und in Wissenschaft wie Praxis anerkanntesten Programme zur Stärkung elterlicher Erziehungs- und Beziehungskompetenz. Seit über 40 Jahren wird das Programm fortlaufend beforscht und weiterentwickelt. Triple P bietet Eltern einfache und praktische Erziehungsfertigkeiten, die ihnen helfen, die Beziehung zu ihren Kindern zu stärken, es in seiner Entwicklung zu begleiten und in seiner Selbstständigkeit zu stärken, ruhig und konsequent mit dem Verhalten ihrer Kinder umzugehen und Problemen vorzubeugen. Triple P wird aktuell in über 30 Ländern genutzt und erweist sich in verschiedenen Kulturen, sozio-ökonomischen Gruppen und Familienstrukturen als wirksam und hilfreich.**

Triple P wurde entwickelt, um Eltern mit den Fertigkeiten auszurüsten, die sie brauchen, um selbstsichere, gesunde Kinder und Jugendliche großzuziehen und um die Familienbeziehungen zu stärken. Triple P schreibt Eltern die Erziehung nicht vor. Vielmehr gibt es Eltern einfache und praktische Erziehungsfertigkeiten an die Hand, die sie passend zu ihren eigenen Werten, Ansichten und Bedürfnissen anpassen können. Die Vorteile können gravierend und langanhaltend sein.

„Kinder, die mit Positiver Erziehung aufwachsen, entwickeln mit größerer Wahrscheinlichkeit die Fertigkeiten, die sie brauchen, um gut in der Schule zurechtzukommen, Freundschaften zu schließen und mit sich zufrieden zu sein.“, sagt Professor Sanders.

„Sie haben außerdem ein geringeres Risiko, emotionale Probleme oder Verhaltensprobleme zu entwickeln, wenn sie älter werden. Genauso sind Eltern, die Positive Erziehung nutzen, im Familienalltag selbstsicherer und kompetenter. Sie sind weniger gestresst oder niedergeschlagen und haben weniger Partnerschaftskonflikte über Erziehungsthemen.“

Triple P ist besonders, da es keinen "Einheitskurs" darstellt. Es ist vielmehr ein System mit Unterstützungsangeboten aufsteigender Intensität, um unterschiedlichen Bedarfen von Eltern gerecht zu werden. Eltern können selbst aussuchen - von Vorträgen, Selbstlernbüchern und DVDs über intensivere Gruppen- oder Einzeltrainings zu Online-Angeboten.

„Manche Eltern brauchen vielleicht nur einen kleinen Tipp von Triple P, ein paar Ideen, die ihnen helfen, eine bessere Zubettgeh-Routine zu entwickeln oder mit herausforderndem Verhalten in einzelnen Situationen umzugehen.“ erklärt Professor Sanders. „Andere befinden sich vielleicht gerade in einer Krise und brauchen mehr Unterstützung. Triple P beruht auf der Idee, dass wir Eltern genau so viel Unterstützung geben, wie sie gerade brauchen – ausreichend, aber nicht zu viel.“ Dieser Ansatz beugt Über- sowie Unterversorgung vor, was sowohl für Eltern als auch die Gesellschaft gut ist.

Triple P wurde außerdem als ein integrierter Ansatz zur Unterstützung von Eltern entwickelt, der von Einrichtungen, Organisationen oder Kommunen im Hinblick auf alle Eltern implementiert werden kann. So können sehr viele Familien möglichst frühzeitig erreicht werden, um den größtmöglichen Präventionseffekt in einer Kommune zu erzielen. Auch Lücken in Präventionsketten können gezielt durch ausgesuchte Triple P-Angebote geschlossen werden. Triple P kann in Einrichtungen des Gesundheits-, Bildungs- oder Jugendhilfesystems durchgeführt werden – oder Eltern über eine eigene Internetseite zur Verfügung gestellt werden.

Fachleute, die mit Triple P arbeiten, kommen aus ganz unterschiedlichen Berufsgruppen, z.B. SozialpädagogInnen/SozialarbeiterInnen, PsychologInnen, ErzieherInnen, PädagogInnen,

---

ErgotherapeutInnen, ÄrztInnen, LehrerInnen u.v.m. Dieses multidisziplinäre Konzept ermöglicht Eltern einfachen Zugang, Unterstützung und Auswahlmöglichkeiten.

„Elternsein ist die schwierigste Aufgabe im Leben, aber es ist gleichzeitig auch diejenige, auf die wir am wenigsten vorbereitet sind.“ betont Professor Sanders. „Indem wir Eltern fundierte und alltagsnahe Informationen zur Verfügung stellen, erhöhen wir die Wahrscheinlichkeit, dass Eltern diese Hilfe annehmen oder aufsuchen werden. Triple P anzubieten ist wie die Kommune immun zu machen. Sie bereiten Eltern vor, machen Familien gesünder und beugen Problemen vor, bevor sie entstehen.“

Triple P wird derzeit in über 30 Ländern genutzt, einschließlich Australien, Belgien, Curacao, Deutschland, England, Frankreich, Hong Kong, Iran, Irland, Japan, Kanada, Neuseeland, Niederlande, Österreich, Rumänien, Schottland, Schweden, in der Schweiz, Singapur, den USA und Wales. Es wurde aus dem Englischen in 20 Sprachen übersetzt, um den spezifischen Bedarfen der einzelnen Länder gerecht zu werden.

Triple P hat zahlreiche internationale Auszeichnungen erhalten, z.B. den Australian Heads of Government National Violence Prevention Award, und Professor Sanders hat die Weltgesundheitsorganisation (World Health Organisation), den Europarat sowie die Regierungen verschiedener Länder, z.B. Australien, Großbritannien, Iran, Japan, Kanada, Neuseeland und der Schweiz, beraten.

Auch einige spezielle Programmvarianten wurden entwickelt. Dazu gehören Stepping Stones Triple P (für Eltern von Kindern mit Behinderungen) und Family Transitions Triple P (für Eltern in Trennung oder Scheidung).