



## Triple P Plus

---

### Was ist Triple P Plus?

Triple P Plus wird mit Eltern durchgeführt, die von ihrem Triple P-Trainer der Ebene 4 weiterverwiesen wurden. Das Programm besteht aus vier verschiedenen Modulen, die mit Familien im Rahmen von drei bis zehn individuellen Beratungen durchgeführt werden. Die Module gehen auf familiäre Faktoren ein, die die Erziehung beeinflussen und erschweren können (z.B. elterliche Stimmung, Partnerschaftskonflikte).

### Für wen ist es geeignet?

Eltern mit familiären Problemen, wie z.B. Stress, mangelnden Bewältigungskompetenzen, Partnerschaftskonflikten oder psychischen Problemen, profitieren von Triple P Plus. Üblicherweise haben sie bereits ein Programm der Ebene 4 abgeschlossen und benötigen zusätzliche Unterstützung, um Veränderungen in der Erziehung zu erreichen oder aufrechtzuerhalten. Dazu müssen die Eltern bereit sein, in Abhängigkeit ihres Bedarfs, an drei bis zehn Sitzungen teilzunehmen.

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

**Sitzung 1: Diagnostische Sitzung.** In dieser Sitzung überprüft der Trainer bisherige Fortschritte und führt ein diagnostisches Interview, gibt den Eltern Rückmeldung über die Fragebogenergebnisse und vereinbart einen Plan für das weitere Vorgehen.

**Modul 1: Praktische Übungen (bis zu drei 60- bis 90-minütige Sitzungen).** Diese Sitzungen werden vorzugsweise bei der Familie zu Hause oder an einem öffentlichen Ort durchgeführt. Sie geben den Eltern die Möglichkeit, zu üben und individuelle Rückmeldung zu ihrer Umsetzung der in der Ebene 4-Intervention vorgestellten Erziehungsfertigkeiten zu erhalten.

**Modul 2: Stressbewältigung (bis zu drei 60- bis 90-minütige Sitzungen).** In diesen Sitzungen lernen die Eltern eine ganze Reihe kognitiver und verhaltensbezogener Strategien, um mit Stimmungen umzugehen und alltäglichen Stress zu bewältigen. Sie lernen, Gefühle zu verstehen, Entspannungstechniken einzusetzen und wie man Gedanken beobachtet, hinderliche oder irrationale Gedanken hinterfragt sowie Stressbewältigungspläne entwickelt.

**Modul 3: Eltern-Teamwork (bis zu drei 60- bis 90-minütige Sitzungen).** In diesen Sitzungen lernen Eltern vielfältige positive Kommunikations- und Problemlösefähigkeiten kennen.

**Modul 4: Abschlusssitzung.** Eltern üben in dieser Sitzung alle Fertigkeiten mit minimaler Unterstützung und erhalten Ideen zur Aufrechterhaltung der erreichten Veränderungen. Sie besprechen ihre Fortschritte im Verlauf des Programms und setzen sich Ziele für die Zukunft.

### Welche Materialien erhalten Eltern?

Jede Familie erhält ein Exemplar des relevanten Triple P Plus-Zusatzarbeitsbuches. Es gibt insgesamt vier Arbeitsbücher, eins für jedes Modul.



## Wie viel Zeit wird zur Durchführung von Triple P Plus 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 Plus*	7-10½ Stunden <small>(60-90 Minuten pro Sitzung für 7 Sitzungen)</small>	1 Stunde	Nicht erforderlich	4 Stunden	2½ Stunden	14½-18 Stunden pro Familie

\*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 Plus-Angebote zusätzliche Zeit ein.

\*\*\*\*Ausführliche Berichte nicht eingeschlossen.

## Was beinhaltet die Fortbildung?

Um Triple P Plus 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	Übungsworkshop	Vorbereitungszeit auf Akkreditierungsworkshop	Akkreditierungsworkshop	Kollegiale Unterstützung	Gesamtzeit
Triple P Plus*	2 Tage	1 Tag	4-6 Stunden <small>(Akkreditierungsquiz und Vorbereitung der Kompetenzbereiche)</small>	½ Tag	Nicht erforderlich <small>(Kombination mit Programm der Ebene 4)</small>	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 Plus (Materialbox mit Trainermanual und Triple P Plus-Zusatzarbeitsbüchern).