



## Triple P-Gruppentraining

---

### Was ist das Triple P-Gruppentraining?

Das Triple P-Gruppentraining ist ein achtwöchiger Elternkurs. Er richtet sich an Eltern von Kindern bis zu 12 Jahren, die sich für Inhalte rund um die Entwicklung und Erziehung von Kindern interessieren. Eltern lernen Wege kennen, ihr Kind in seiner Entwicklung zu begleiten und zu fördern, die Beziehung zu stärken und ihm Orientierung zu geben. Das Angebot 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 herausforderndem Verhalten und zum Vorausplanen für Risikosituationen zu erfahren. Darüber hinaus gibt es drei (15- bis 30-minütige) Einzelgespräche, um die Eltern beim selbstständigen Problemlösen während der Umsetzung 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 Bezugspersonen, die sich Sorgen bezüglich bestimmter Verhaltensweisen ihres Kindes machen oder die sich einfach rund um Erziehung informieren und stärken 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 sollten 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 mit den Eltern, wie man die Beziehung zu Kindern stärken, wie man wünschenswertes Verhalten unterstützen und ihnen neue Fertigkeiten und Verhaltensweisen beibringen kann.

**Sitzung 3: Mit herausforderndem Verhalten umgehen.** In dieser Sitzung vermittelt der Trainer den Eltern zusätzliche Erziehungsfertigkeiten zum Umgang mit herausforderndem Verhalten. 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 "Überlebenstipps" für Familien, das Erkennen von immer noch schwierigen Risikosituationen und die Entwicklung von Aktivitätenplänen für Risikosituationen (z.B. Einkaufen gehen, Geschwisterstreit, sich für die Schule fertig machen). Die Eltern bereiten sich in dieser Sitzung außerdem auf die Einzelgespräche 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 zu reflektieren. Darauf aufbauend setzen sich Eltern ggf. weitere Ziele.

**Sitzung 8: Abschlusssitzung.** Die Eltern kommen noch einmal zu einer abschließenden Gruppensitzung zusammen, um über Fortschritte, “Überlebenstipps” 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*	Einzelgespräch 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	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 folgende Triple P-Materialien:

- Manual, Gruppenarbeitsbuch und Teilnehmerunterlagen für das Triple P-Gruppentraining.
- Web-DVD „Überlebenshilfe für Eltern von Kindern bis 12 Jahre“.