

FÖRDERUNG DER ERZIEHUNGSKOMPETENZ METHODEN UND INTERVENTIONEN ZUR STÄRKUNG ELTERLICHER KOMPETENZEN UND FÄHIGKEITEN FÜR DIE ERZIEHUNG

PROMOTING PARENTING SKILLS PSYCHOTHERAPEUTIC METHODS AND INTERVENTIONS FOR THE STRENGTHENING OF PARENTAL SKILLS AND ABILITIES

Helmut Adler

Zusammenfassung

Die Notwendigkeit der Stärkung der Ressourcen und Kompetenzen von Eltern wurde in den vergangenen Jahren verschiedentlich diskutiert und betont (teilweise wird dieses Thema auch von Medien aufgegriffen).

In der wissenschaftlichen Diskussion zu Verfahren der Kinderpsychotherapie bildet das Thema seit langem einen Schwerpunkt. Es wird betont, dass in vielen Fällen eine Beratung der Eltern (parallel zur Therapie mit dem Kind) dringend notwendig erscheint, um die Fortschritte der Kinder durch die Therapie dauerhaft zu stabilisieren. Der Beitrag stellt vor allem methodische Vorgehensweisen für die Förderung der elterlichen Erziehungskompetenz vor. Es werden Interventionen zur Förderung der Erziehungskompetenz von Eltern beschrieben, die im Rahmen von Familienberatung einsetzbar sind. Außerdem werden verhaltenstherapeutische Grundlagen erörtert sowie Beispiele für deren Anwendung zur Stärkung elterlicher Kompetenzen angeführt.

Schlüsselwörter Förderung elterlicher Ressourcen - Förderung der Erziehungskompetenz - Eltern- und Familienberatung - Verhaltenstherapie - Methoden und Interventionen

Summary

The necessity of empowering parents through the strengthening of resources and parenting skills has been a topic of frequent discussion in recent years (including the mass media). Scientific investigation in the field of child psychotherapy has indicated that parent counselling appears to be a significant contribution with regard to the increased stability of positive effects of child psychotherapy.

This article focuses mainly upon psychotherapeutic methods for the empowerment of parental resources. Interventions aimed at improving parenting skills within the parent counselling framework are outlined. Furthermore, the fundamental principles of behaviour psychotherapy are described, as well as examples of their application, offering significant opportunities for the empowerment of parents.

Keywords empowering resources of parents - strengthening of parenting skills - parent and family counselling - behaviour therapy - methods and interventions

Einführung

In den vergangenen Jahren wurde verschiedentlich die Notwendigkeit der Stärkung von Ressourcen und Kompetenzen von Eltern betont. Einerseits scheinen Erziehungsfragen in vielen Familien immer drängender zu werden, andererseits hat das Thema „Erziehung“ inzwischen auch in den Medien Einzug gehalten (etwa in Talkshows oder in Serien wie „Supernanny“). Insbesondere im Rahmen der Kindertherapie wird zudem immer wieder darauf aufmerksam gemacht, dass sich die Effekte von kindzentrierten Interventionen deutlich erhöhen und zudem eine höhere zeitliche Stabilität zeigen, wenn parallel eine Arbeit mit den Eltern bzw. der Familie stattfindet. Dabei erwiesen sich verschiedene familientherapeutische Ansätze generell als wirkungsvoll, allerdings ist die beste Effektstärke bei den behavioralen Verfahren zu verzeichnen (Heekerens, 2002a). Als bedeutsamer Wirkfaktor zeigt sich dabei das elterliche Erziehungsmanagement (Heekerens,

Wirksamkeit, Effektivität und Effizienz von Familientherapie; in diesem Heft). Neben einem Überblick über verschiedene Ansätze der Arbeit mit Eltern (Teil 1) befasst sich der vorliegende Text zunächst mit einigen allgemeinen Strategien zur Stärkung elterlicher Kompetenz, die im Rahmen der Eltern- bzw. Familienberatung verwendet werden können (Teil 2). Anschließend werden Grundzüge behavioraler Verfahren zum Elterntraining dargestellt (Teil 3). Solche Verfahren sind bestens geeignet, die Erziehungskompetenz von Eltern zu unterstützen und zu stärken, da sie ihnen konkrete Handlungsansätze vermitteln.

Formen der Arbeit mit Eltern

Im Folgenden sollen verschiedene Formen der Elternarbeit im Überblick dargestellt werden (Adler, 2001a und 2001b). Als Ordnungsschema dient dabei die Einteilung in

1. Ansätze zur Kooperationssicherung zwischen Fachkräften und Eltern,
2. Ansätze der Familienbildung und Familienförderung,
3. Ansätze der Elternberatung und des Elterntrainings und
4. Familientherapeutische Vorgehensweisen.

Sie unterscheiden sich in der notwendigen Intensität des Kontakts, ihrer Frequenz, der verwendeten Methoden und der Dokumentation. Natürlich sind diese verschiedenen methodischen Ansätze nicht scharf voneinander abzugrenzen und können auch kombiniert verwendet werden.

Ansätze der Kooperationssicherung gehen davon aus, dass mit Eltern zusammengearbeitet wird, um die Erziehung der Kinder gemeinsam durchzuführen. Dies ist im Rahmen der Hilfen zur Erziehung regelmäßig der Fall, wenn die Erziehungs-

funktion der Eltern durch Fachkräfte zeitweilig ergänzt wird. Die Kinder werden in verschiedenen Alltagssettings durch verschiedene Personen betreut und erzogen. Diese verschiedenen Alltagssituationen müssen zwischen den Eltern und den Fachkräften abgestimmt werden, was auf beiden Seiten die Bereitschaft zu einer solchen Kooperation voraussetzt.

Grundelemente dieser Kooperation sind der Austausch von Informationen, die Koordination der unterschiedlichen Alltagssituationen sowie die Gestaltung der Übergabe- bzw. Schnittstellensituationen zwischen diesen Alltagssettings. Als weitere Elemente können die Abstimmung der Gestaltung der Alltagssituationen zwischen einer Einrichtung und der Familie sowie gegebenenfalls die Koordination von Erziehungsstilen hinzukommen (vgl. Tab. 1, entnommen aus Adler, 2001a).

Tabelle 1: Übersicht über Formen der Kooperation mit Eltern (Adler, 2001a)

Nr.	Arbeitsform	Arbeitsziele*						Kontaktintensität	Sinnvolle Frequenz	Methoden	Dokumentation
		1	2	3	4	5	6				
1	Hausaufgabenbuch	x						niedrig	täglich	Einträge in Tages- oder Wochenplan	Tages- oder Wochenplan
2	Briefe	x	x					niedrig	nach Bedarf	schriftlicher Kontakt	Kopie des Briefs
3	Telefonat	x	x					mittel	1-mal pro Woche	telefonischer Kontakt	freie Notiz oder Kontaktliste
4	Kurzkontakt	x	x					mittel	1-mal pro Woche	kurzer persönlicher Kontakt	freie Notiz oder Kontaktliste
5	Elterngespräch	x	x	x	x			hoch	1-mal monatl.	strukturiertes Gespräch	Dokumentationsbogen oder Protokoll
6	Hausbesuch (bei den Eltern)		x	x	x			hoch	nach Bedarf	längerer persönlicher Kontakt i. d. Wohnung der Eltern	Dokumentationsbogen oder Protokoll
7	Gruppenbesuch (der Eltern in der Gruppe)	x	x	x				hoch	nach Bedarf	längerer persönlicher Kontakt in der Einrichtung	Dokumentationsbogen oder Protokoll
8	Hilfeplangespräch		x	x	x	x		hoch	halbjährlich (u. bei Bedarf)	strukturiertes Gespräch zur Hilfeplanung mit der Fachkraft im Jugendamt	Hilfeplanprotokoll
9	Konfliktgespräch			x		x		hoch	nach Bedarf	strukturiertes Gespräch zur Klärung von Konflikten	Protokoll
10	Elterntreff			x		x		hoch	1-mal pro Quartal	strukturierte Veranstaltung für alle Eltern	Protokoll
11	Elternwochenende			x		x		hoch	nach Bedarf	strukturierte Arbeits- und Freizeitveranstaltung f. Eltern	Protokoll
12	Moderierter Elternkreis	x	x	x		x		hoch	1- bis 2-mal pro Quartal	strukturierte und regelmäßige Veranstaltung für Eltern und Erzieher, Moderation durch einen externen Moderator	Protokoll (i.d.R. durch Moderator)

*Arbeitsziele: 1 = Informationsaustausch, 2 = Koordination von Übergabesituationen, 3 = Koordination von Alltagssituationen, 4 = Koordination von Erziehungsstilen, 5 = Hilfeplanung, 6 = Bewältigung von Konfliktsituationen

Auch für ambulante Hilfen zur Erziehung oder andere Formen der Arbeit mit Eltern stellen Kooperationsansätze eine unverzichtbare Basis dar. Die konkreten Arbeitsansätze, die zur Kooperationsicherung verwendet werden, sollten entsprechend des Arbeitssettings ausgewählt werden.

In der Tradition der *Familienbildung und Familienförderung* ist eine Reihe von methodischen Ansätzen entwickelt worden, die vorwiegend dazu dienen, für Eltern bzw. Familien Informationen bereitzustellen. Teilweise werden im Rahmen von Partnerkursen (etwa EPL nach Thurmaier, 1990) oder Elternkursen spezifische Fertigkeiten eingeübt (Tschöpe-Scheffler, 2003). Beispiele solcher Elternkurse sind der STEEP-Elternkurs (Kühn et al., 2001), das Programm „Starke Eltern – Starke Kinder“ (Honkanen-Schoberth und Jennes-Rosenthal, 2000) oder der „Elternführerschein“ (Klein-Heßling und Steckel, 2003).

Elternkurse und Familienbildung zielen primär auf eine präventive Wirkung. Den Eltern sollen Fähigkeiten vermittelt werden, die ihnen helfen, bestimmte Aspekte der Entwicklung von Kindern, der Kommunikation untereinander oder der innerfamiliären Kommunikation und Interaktion besser zu verstehen bzw. handhaben zu können (vgl. Tab. 2).

Elternberatung und Elterntraining beinhalten die Förderung der Erziehungsfähigkeit der Eltern. Dies setzt voraus, dass Defizite in der Erziehungsfunktion der Eltern vorhanden sind und dass ein Auftrag und die Bereitschaft der Eltern für die Arbeit an diesen Defiziten mit bestimmten Methoden beste-

hen. Beratungsansätze und Elterntraining verfolgen in erster Linie eine Veränderung spezifischer Verhaltensweisen, nicht umfassendere Verhaltensänderungen oder Persönlichkeitsmodifikationen der Eltern oder übergreifende Aspekte der familiären Interaktion. Sie haben eine angemessene Kooperation zur Voraussetzung, gehen aber darüber hinaus und lassen sich dadurch voneinander unterscheiden, dass Beratung vorwiegend in Form von Gesprächen eine Modifikation des elterlichen Verhaltens zu erreichen versucht, während Elterntraining stärker eine Anleitung auf der konkreten Handlungsebene beinhaltet. Beide Ansätze streben die gezielte Änderung der elterlichen Verhaltensweisen im Hinblick auf die Gestaltung von Alltagssituationen sowie die Änderung von Erziehungsstilen bei den Eltern an. Elterntraining und Beratungsansätze definieren sich durch die bewusste und geplante Beeinflussung einzelner Aspekte des elterlichen Erziehungsverhaltens mit bestimmten Methoden (Elterngespräche, Informationsvermittlung, Verhaltensmodifikation und andere). Beispiele für methodische Ansätze zur Beratung und zum Elterntraining sind systematische Elternberatung (Peterander, 1997; Heekerens, 1991), strukturierte Trainingsmodule für Eltern (Adler et al., 1998) oder behaviorales Elterntraining (Heekerens, 1991).

Änderungen bei den Eltern (die im Rahmen der Kooperation durchaus spontan auftreten können), werden bei der Elternberatung und beim Elterntraining also bewusst und zielgerichtet mit bestimmten Methoden intendiert, eventuell innerhalb eines vereinbarten oder festgelegten Zeitraums (vgl. Tab. 3, modifiziert nach Adler, 2001b).

Tabelle 2: Ausgewählte Formen der Familienbildung und Familienförderung

Nr.	Arbeitsform	Kontaktintensität	Sinnvolle Frequenz	Methoden	Dokumentation
1	Ein partnerschaftliches Lernprogramm (EPL)	Kurs	Kurs mit mehreren Sitzungen o. Wochenend-Veranstaltung, evtl. mit einigen folgenden Abendveranstaltungen	Bildungsangebot für junge Paare (Kommunikationsförderung und Gesprächstechniken)	nach Bedarf
2	Steps toward Effective and Enjoyable Parenting (STEEP)	Kurs	Kurs mit mehreren Sitzungen	Programm für Eltern von Kleinkindern zur Förderung von positivem Bindungsverhalten	nach Bedarf
3	Starke Eltern – Starke Kinder	Kurs	Kurs mit mehreren Sitzungen	Programm zur Stärkung des Selbstvertrauens der Eltern und zum Aufbau einer guten Eltern-Kind-Beziehung	nach Bedarf
4	Erziehung macht Spaß – der Erziehungsführerschein	Kurs	Kurs mit mehreren Sitzungen	Programm für Eltern mit thematischen Einheiten und Selbsterfahrungsübungen	nach Bedarf

Tabelle 3: Übersicht über Formen der Elternberatung und des Elterntrainings (Adler, 2001b)

Nr.	Arbeitsform	Kontaktintensität	Sinnvolle Frequenz	Methoden	Dokumentation
1	Elternberatung	mittel bis hoch	nach Bedarf	Beratungsgespräche mit den Eltern	Dokumentationsbogen oder Protokoll
2	Trainingsmodule für Eltern	hoch	1-mal pro Woche	strukturierte Module (eingebettet in Elterngespräche)	strukturierte Dokumentation (Vordruck)
3	Behaviorales Elterntraining	hoch	1-mal pro Woche	praktisches Training mit den Eltern	strukturierte Dokumentation (Vordruck)

Familientherapeutische Vorgehensweisen gehen davon aus, dass tiefgreifende Veränderungen bei einzelnen Elternteilen oder Veränderungen im gesamten System der Familie notwendig sind. Solche Ansätze beziehen das Kommunikations- und Interaktionssystem der gesamten Familie ein und beinhalten oft die Veränderung im System und den Lebenszusammenhängen der Familie. Therapeutische Familieninterventionen setzen voraus, dass ein Auftrag zur Veränderung des Familiensystems sowie die entsprechende Bereitschaft der Mitglieder des Systems vorhanden sind. Sie kennzeichnen sich durch die strukturierte Arbeit mit dem Gesamtsystem der Familie. Die therapeutischen Ansätze können sich auf einzelne Familienmitglieder, das Elternpaar oder auf die gesamte Familie (in manchen Fällen sogar an das erweiterte Familiensystem) beziehen. Dies kann durch systemisch-familientherapeutische Ansätze geschehen (beispielsweise Schlippe und Schweitzer, 1996, oder Mücke, 1998), durch Videotraining (Kreuzer und Räder, 1996) oder Familienaktivierung (Jugendhof Porta Westfalica, 1997; Gehrman und Müller, 1998) Therapeutische Familieninterventionen gehen über Elterntraining und Beratungsansätze insofern hinaus, als eine Veränderung nicht nur in spezifischen Aspekten des elterlichen Erziehungsverhaltens, sondern im gesamten Interaktionssystem der Familie bzw. bei verschiedenen Aspekten, die den familiären Lebenszusammenhang betreffen, mit bestimmten Interventionen intendiert sein können (vgl. Tab. 4, entnommen aus Adler, 2001b).

Für die *Auswahl einer geeigneten Form der Intervention* sind Fachkräfte nach wie vor überwiegend auf ihren Erfahrungsschatz angewiesen (gegebenenfalls lassen sich auch die Erfahrungen verschiedener Fachkräfte in Teambesprechungen bündeln). Die Frage der Indikation in der Jugendhilfe wurde lange nicht gestellt und wird erst in jüngster Zeit in ersten Ansätzen diskutiert (Fröhlich-Gildhoff, 2002). Einige Hinweise auf Indikationen lassen sich aus neueren Studien gewinnen (z. B. Schmidt, 2001).

Sofern psychische Erkrankungen, Suchtproblematiken oder andere gravierende Erkrankungen in einer Familie vorhanden sind, sollte geprüft werden, ob diese nicht vorrangig behandelt werden müssen, bevor die Arbeit mit der Familie begonnen werden kann. Falls erhebliche Paarkonflikte in einer Familie vorherrschen, sollte ebenfalls geprüft werden, ob diese nicht vorrangig angegangen werden müssen, etwa durch eine vorgeschaltete Paarberatung oder ein spezifisches Therapieprogramm für Paare (z. B. Schindler et al., 1998).

Gesprächsführung zur Förderung der Elternkompetenzen

Im Folgenden sind einige methodische Ansätze dargestellt, die eine subjektive Auswahl des Autors sind. Sie haben sich in der praktischen Arbeit bewährt und sind hilfreich, wenn es darum geht, elterliche Kompetenz zu stärken.

Tabelle 4: Übersicht über Formen therapeutischer Familienintervention

Nr.	Arbeitsform	Kontaktintensität	Sinnvolle Frequenz	Methoden	Dokumentation
1	Systemisch-familientherapeutische Ansätze	mittel bis hoch	nach Bedarf (1 mal pro Woche o. seltener)	therapeutische Gespräche mit einzelnen Familienmitgl. oder der ganzen Familie	Dokumentationsbogen oder Protokoll
2	Videotraining	hoch	1-mal pro Woche	Feedback und Training anhand von Videoaufnahmen	strukturierte Dokumentation (Vordruck)
3	Familienaktivierung	sehr hoch	mehrmals pro Woche	intensive Arbeit in der Familie mit verschiedenen Methoden	strukturierte Dokumentation (Vordruck)

Die notwendigen *Voraussetzungen* seitens der Eltern für die Anwendung der folgenden Interventionen sind, dass Eltern

- Wertschätzung gegenüber den Kindern aufbringen,
- klare Ziele mit der ausgewählten Methode verfolgen,
- eine Motivation für Veränderung vorhanden ist und
- sie Durchhaltevermögen mitbringen.

In vielen Fällen ist es erfahrungsgemäß notwendig, vor Beginn der Beratungs- bzw. Interventionsphase diese Voraussetzungen zunächst zu stärken oder auch teilweise aufzubauen. Außerdem ist es vielfach im Arbeitsprozess mit der Familie von Zeit zu Zeit notwendig, den Eltern diese Ressourcen erneut vor Augen zu führen und sie zum Durchhalten zu ermutigen.

Information ist ein zentraler Aspekt elterlicher Kompetenz. Nur wenn Eltern über genügend Information verfügen, sind sie in der Lage, eine sachgerechte Einschätzung von Situationen und Schwierigkeiten in der Familie zu treffen. Hierzu gehören einerseits Informationen zu Aspekten kindlicher Entwicklung (beispielsweise aus Lehrbüchern der Entwicklungspsychologie), aber auch Informationen über Entstehung und Verlauf von Erkrankungen und Verhaltensauffälligkeiten bei Kindern (beispielsweise die Materialien von „Triple P“ von Sanders et al., 2000). Teilweise ist es auch notwendig, die entsprechenden Informationen aus der Erfahrung und dem Wissen der Fachkraft abzuleiten, insbesondere dann, wenn es sich um spezifische Informationen aus bestimmten Fachgebieten handelt, die den Eltern nicht ohne weiteres zugänglich sind.

Eine zentrale Grundlage der Kompetenz von Eltern ist die Fähigkeit zur *Strukturierung von Situationen*. Dies bedeutet, dass Eltern in der Lage sind, die Rahmenbedingungen von Situationen zu gestalten (z. B. Ort, Beginn und Dauer des gemeinsamen Abendessens). Darüber hinaus ist die Steuerung gemeinsamer Situationen mit den Kindern ein wesentlicher Bestandteil elterlicher Kompetenz (z. B. die Steuerung der Kommunikation während des gemeinsamen Abendessens). In vielen Familien ist ein Nachlassen der Strukturierungsfähigkeit zu beobachten, das durch verschiedene Einflüsse (z.B. notwendige Berufstätigkeit beider Elternteile, notwendige berufliche Mobilität) oder durch Erziehungseinstellungen bedingt ist. Allerdings ist eine Strukturierung von Situationen in allen Familien erforderlich, um die familiären Abläufe und die gemeinsamen Aufgaben in der Familie zu bewältigen.

Teilweise sind Eltern hoch verunsichert über die Frage, was eine „richtige Erziehung“ heutzutage ist. Hinzu kommen soziologische Umstände, die den familiären Zusammenhalt erschweren (z. B. notwendige berufliche Mobilität). Dies führt vielfach dazu, dass *elterliche Präsenz* in der Beziehung zu den Kindern verloren geht. Das Bewusstsein, als Mutter, als Vater im Zentrum der Familie zu stehen und als Mutter oder Vater zu handeln, schwindet.

Elterliche Präsenz ist dadurch gekennzeichnet, dass folgende Botschaften (verbal, nonverbal und handelnd) übermittelt werden (Omer und Schlippe, 2004):

- Ich bin hier!
- Ich bin dein Vater/deine Mutter und werde es bleiben!

- Ich werde dir nicht nachgeben, aber ich werde dich auch nicht aufgeben!
- Ich kämpfe um dich und um meine Beziehung zu dir, nicht gegen dich!

Elternpräsenz hat viele Facetten. Der Elternteil ist präsent als Hüter, als Erzieher und als Gefährte des Kindes. Der Elternteil ist aber auch präsent als individuelle Person mit eigenen Rechten.

Viele Eltern haben Schwierigkeiten damit, *klare Aufforderungen* an ihre Kinder zu richten und diese auch durchzusetzen. Insbesondere wenn Kinder oppositionelles Trotz- und Verweigerungsverhalten zeigen, haben die Eltern oft aufgegeben, Aufforderungen an die Kinder zu stellen.

Klare und eindeutige Aufforderungen durch Eltern basieren auf folgenden Regeln (Döpfner et al., 1997):

1. Stellen Sie nur Aufforderungen, wenn Sie bereit sind, diese auch durchzusetzen.
2. Verringern Sie möglichst jegliche Ablenkung, bevor Sie eine Aufforderung geben.
3. Sorgen Sie dafür, dass Ihr Kind aufmerksam ist, wenn Sie eine Aufforderung geben.
4. Äußern Sie die Aufforderung eindeutig und nicht als Bitte.
5. Geben Sie immer nur eine Aufforderung.
6. Bitten Sie Ihr Kind, Ihre Aufforderung zu wiederholen.
7. Bleiben Sie in unmittelbarer Nähe Ihres Kindes, um sicherzugehen, dass Ihr Kind der Aufforderung nachkommt.
8. Konzentrieren Sie sich zunächst auf wenige Aufforderungen. Eltern sollten die Aufforderungen, die sie an die Kinder stellen, und deren Erfolg am besten in einem Tagebuch protokollieren. Damit erhöht sich die Übersicht, und es lassen sich leichter die Ursachen ermitteln, falls es den Eltern nicht oder nur teilweise gelingt, die Kinder dazu zu bringen, den Aufforderungen nachzukommen.

Regeln für den familiären Rahmen und das familiäre Zusammenleben aufzustellen und auf deren Einhaltung zu achten ist eine Aufgabe für jede Familie. Die Fähigkeit, Regeln zu erarbeiten, und die Sicherheit, dass diese den Anforderungen des gemeinsamen Lebens und der Interaktion der Familienmitglieder angemessen sind, stellt eine weitere und zentrale elterliche Kompetenz dar.

Die Erarbeitung von Regeln lässt sich in folgende Schritte unterteilen:

1. Regeln werden erarbeitet für Bereiche des familiären Lebens, mit dem die Eltern nicht zufrieden sind. Als Leitlinie dienen allgemeine gesellschaftliche Regeln, an denen die Eltern sich orientieren können.
2. Diese Regeln werden in einem Gespräch mit der ganzen Familie (oder den Mitgliedern, die sie betreffen) angekündigt. Es besteht auch die Möglichkeit, Regeln probeweise einzuführen und diese später nochmals gründlich zu überprüfen.
3. Die Regeln werden (von den Eltern oder der ganzen Familie) immer wieder überprüft. Dies kann zu einem definierten Zeitpunkt geschehen oder aus aktuellem Anlass. Die Regeln werden dabei dahingehend überprüft, ob sie die jeweiligen problematischen Bereiche angemessen re-

gulieren. Darüber hinaus ist ein weiteres Prüfkriterium, ob sie dem allgemeinen Rechts- und Gerechtigkeitsempfinden entsprechen. Sie müssen sich aber nicht zwangsläufig nach diesen Richtlinien richten.

Insbesondere in Familien, in denen wenige Regeln existieren, wird die erneute Einführung von Regeln teilweise mit Erleichterung aufgenommen werden, sie kann aber auch beachtliche Widerstände auslösen. In diesem Fall ist es gut, wenn Eltern in ihrem Bemühen und ihrer Durchhaltefähigkeit durch Fachkräfte unterstützt werden.

Ein weiterer Aspekt stellt die *Steuerung von Familienbesprechungen* dar. Alle Familien müssen gemeinsam bestimmte Dinge miteinander besprechen. In vielen Familien etablieren sich solche Traditionen von selbst, beispielsweise wenn sich die Familie zum gemeinsamen Mittag- oder Abendessen trifft oder wenn das sonntägliche Frühstück dazu benutzt wird, Informationen auszutauschen, Unternehmungen zu planen und alle Dinge zu besprechen, die zu klären sind.

Falls in Familien keine solche Tradition existiert oder falls so gut wie kein gemeinsames Gespräch stattfindet, führt dies in den meisten Fällen zu vermehrten Konflikten, oder die Familienmitglieder leben nur noch nebeneinander her. In solchen Familien ist es in der Regel notwendig, wieder einen Kommunikationsrahmen herzustellen und eine Tradition gemeinsamer Gespräche zu etablieren. Dies kann durch verschiedene Ansätze geschehen, beispielsweise durch die Etablierung einer gemeinsamen Mahlzeit oder eines anderen Familientreffs. Eine zwar sehr formalisierte, aber für viele Familien relativ leicht zu handhabende Form der Familienbesprechung stellt die Familienkonferenz dar (Gordon, 1991).

Sofern in Familien häufige Eskalationen von Konflikten zu verzeichnen sind, ist es sinnvoll, der Familie Strategien zur *Deeskalation* von Konflikten an die Hand zu geben. Eine einfache und wirkungsvolle Strategie ist die Vereinbarung eines Stoppsignals. Es kann sich dabei um ein visuelles, ein verbales oder ein anderes Signal handeln. Wenn einer der Beteiligten dieses Signal benutzt, dann ziehen sich die Beteiligten an jeweils andere Orte zurück, um die Situation "abkühlen" zu lassen. Gegebenenfalls kann eine Wiederaufnahme des Kontakts zwischen den Beteiligten ebenfalls in einer ritualisierten Form vollzogen werden.

Häufig geht es im Verlauf einer Beratung darum, die Richtung zu halten. Wenn in Familien Veränderungsprozesse in Gang gesetzt werden, dann führt dies nicht selten zur Mobilisierung von Schwierigkeiten oder Widerständen. Häufig wirkt sich dies demotivierend auf die Eltern bzw. die Familie aus. In solchen Phasen ist es von zentraler Bedeutung, der Familie Mut zu machen, im Veränderungsprozess weiter voranzuschreiten und insbesondere die Richtung zu halten. Nicht selten werden eingeleitete Veränderungsbemühungen zu früh aufgegeben, oder die Familie schwenkt um auf ein anderes Problem oder ändert das Verfahren, mit dem eine Veränderung angestrebt wird. Häufig bewirken solche Richtungsänderungen natürlich nicht den gewünschten Erfolg, was die Familie erneut demotiviert.

Elternt raining zur Förderung elterlicher Kompetenz

Behaviorales Elternt raining ist ein spezifischer Ansatz zur Modifikation von elterlichem Verhalten, der die Handlungskompetenz von Eltern erhöht. Solche Verfahren haben eine langjährige Tradition im Rahmen verhaltenstherapeutischer Ansätze (Heekerens, 2002b). Elternt raining beinhaltet in der Regel

- Schulung der Beobachtung erzieherischer Ereignisse, so dass problem- und lösungsrelevante Ereignisabläufe und situative Verhältnisse erkannt werden,
- Schulung in der Interpretation und Bewertung von erzieherischen Vorgängen, so dass therapierelevante Entscheidungsfähigkeit gewonnen wird, und
- Schulung im erzieherischen Problemlöseverhalten.

Es lassen sich daher drei Konzeptionselemente des Elternt rainings unterscheiden:

1. Die Vermittlung psychologischer Theorien dient dazu, Eltern die Prinzipien der Verhaltenstherapie oder Grundsätze der Gesprächsführung zu vermitteln.
2. In der symptomorientierten Übungsanleitung werden Eltern direkt darin geschult, verhaltenstherapeutische oder andere psychotherapeutische Regeln symptomorientiert beim Kind anzuwenden.
3. Entscheidend ist auch, dass Eltern lernen, Problemlösestrategien zu erarbeiten, die ihnen bei den immer wieder wechselnden erzieherischen Aufgabenstellungen Handlungsspielräume geben, um Alltagskonflikten lösungsorientiert begegnen zu können.

Mit einem solchen Vorgehen ist in der Regel auch eine deutliche Verbesserung elterlicher Erziehungskompetenzen verbunden. Die Eltern erleben wieder, dass sie Situationen in einer positiven Weise handhaben können, und ihr Handlungsspielraum sowie ihre Problemlösefähigkeiten werden erweitert.

Grundlage der Anwendung behavioraler Verfahren sind verschiedene Schritte vor allem bei der Vorbereitung einer Intervention. Sie sollten in der dargestellten Reihenfolge durchlaufen werden.

Die Verhaltenstherapie hat als Grundschemata zur *Verhaltensanalyse* des problematischen Verhaltens und seiner aufrechterhaltenden Bedingungen das sogenannte SORKC-Modell entwickelt, das die Situation (S), den Organismus (O) (einschließlich Erwartungen, Kognitionen usw.), die Reaktion (R) bzw. das Verhalten und die – bestimmten Mustern oder Kontingenzen (K) folgenden – Konsequenzen (C) analysiert. Dieses Analyseschema wird auf das zu verändernde Verhalten angewendet. Es werden insbesondere die vorausgehenden Bedingungen und die nachfolgenden Konsequenzen genau analysiert und im Verlauf der Intervention modifiziert. Dies führt in der Regel dazu, dass sich die Auftrittswahrscheinlichkeit und eventuell das Verhalten selbst verändern.

Ein weiterer wesentlicher Schritt ist die Erarbeitung eines *gemeinsamen Erklärungsmodells* bzw. Störungskonzepts mit der Familie. Dabei wird eine Einigung mit den Eltern bzw. allen Familienmitgliedern darüber angestrebt, welche Ursachen die Probleme in der Familie haben (Döpfner et al., 1997). Dies leitet sich aus der vorangegangenen Verhaltensanalyse ab. Aufgrund dieses gemeinsamen Erklärungsmodells wird dann gemeinsam mit der Familie ein Interventionskonzept erarbeitet. Dieser Schritt legt eine sehr entscheidende Basis für ein Arbeitsbündnis mit der Familie bzw. den Eltern. Nur wenn ein gemeinsames Erklärungsmodell über die Entstehung und Aufrechterhaltung der Störung vorhanden ist, können die weiteren Schritte der Intervention abgeleitet werden. Das gemeinsame Erklärungsmodell dient auch dazu, nicht erwartete oder erwünschte Effekte der Intervention (die gelegentlich auftreten) mit den Eltern zu analysieren.

In vielen Fällen ist es notwendig, *positive Interaktionen zu etablieren*, bevor mit einer Bearbeitung des Problems begonnen werden kann. Nicht selten ist in Familien eine „Problemfixierung“ vorhanden, die sich dadurch äußert, dass beinahe ausschließlich die Schwierigkeiten im Mittelpunkt stehen und wahrgenommen werden. Dadurch herrscht meist ein schlechtes emotionales Klima in der Familie, die Interaktionen sind durch schnelle Gereiztheit einzelner oder mehrerer Familienmitglieder gekennzeichnet, und es herrscht ein hoher Stresspegel. Der Aufbau positiver Interaktionen kann beispielsweise dadurch erfolgen, dass die Familie oder einzelne ihrer Mitglieder gemeinsame Aktionen planen und durchführen, die in der Vergangenheit den Familienmitgliedern Spaß gemacht haben. Teilweise sind auch kognitiv-behaviorale Techniken verwendbar, die den Familienmitgliedern eine positivere gegenseitige Wahrnehmung ermöglichen (etwa durch die Aufstellung einer Liste: Was mir an meinem Kind gefällt).

Die *Auswahl einer geeigneten Veränderungsstrategie* stellt einen nächsten Schritt dar. Es lässt sich eine Reihe von Techniken unterscheiden, die in der Verhaltenstherapie (teilweise kombiniert oder nacheinander) eingesetzt werden. Die Auswahl der geeigneten Strategie ist ein schwieriger Schritt. Teilweise sind für spezifische Verhaltensauffälligkeiten und Erkrankungen Hinweise in verhaltenstherapeutischen Lehrbüchern zu finden.

In vielen Fällen sollte oder muss man die *Schritte klar ankündigen*, die für eine Veränderung der familiären Problemlage oder für die Umsetzung des Interventionskonzepts notwendig sein werden. Dies ist insbesondere bei Familien mit kleineren Kindern notwendig, wenn diese noch nicht in der Lage sind, einen Vertrag zu lesen oder wenn das Interventionskonzept von den Eltern allein (ohne die Kinder) erarbeitet wurde.

Häufig ist es sinnvoll, zunächst mit der Familie in einem *Veränderungsvertrag* schriftlich die vereinbarten Ziele und die einzelnen Handlungsschritte zu vereinbaren. Bedeutsam dabei ist auch, dass Aufgaben einzelner Mitglieder der Familie klar definiert und vereinbart werden. Um angestrebte Ziele und Veränderungsschritte schriftlich zu fixieren, eignet sich bei-

spielsweise die Form eines Selbsthilfeplans (Rothe, 1999). Er sollte die angestrebten Ziele und die ausgewählten Verfahren und Schritte enthalten, mit denen die Ziele zu verfolgen sind.

Bei der *Durchführung* der notwendigen Veränderungen ist es in der Regel notwendig, die Eltern (eventuell im familiären Rahmen) eng zu begleiten. Häufig treten erst im Verlauf der Durchführung Schwierigkeiten auf, die gelöst werden müssen. Teilweise spielt bei den Eltern auch Ungeduld eine Rolle, wenn die erwarteten Erfolge sich nicht sofort einstellen (was eher selten der Fall ist, da Veränderungsprozesse in Familien häufig nur mittelfristig erreichbar sind).

Bei der Durchführung sind drei Aspekte von besonderer Bedeutung (Adler, 1998):

- Konsequenz bezieht sich darauf, dass angekündigte Folgen realisiert werden.
- Konsistenz bedeutet, dass eine einheitliche, verlässliche Reaktion einer oder mehrerer Personen auf gleiche oder ähnliche Ereignisse erfolgt.
- Kontingenz bezeichnet eine möglichst unmittelbare, sofortige positive wie negative Reaktion auf ein Ereignis.

Diese Grundregeln sollten den Eltern erläutert und verdeutlicht werden, da sie den behavioralen Grundprinzipien entsprechend eine wesentliche Hilfe bei der Durchführung behavioral orientierter Veränderungsprozesse in Familien darstellen.

Hilfreich ist es, bei der Durchführung von Veränderungsprozessen in Familien die *Effekte zu überprüfen*. Dies kann durch eine Beobachtung und schriftliche Dokumentation der Auftretensrate eines bestimmten Verhaltens erfolgen oder durch die Auswertung von Verstärkerplänen (Bögen, in denen Belohnungen oder Punkte notiert werden, für die Belohnungen eingetauscht werden können). Darüber hinaus sollte die Familie auch allgemein über ihre Sicht der Veränderungen befragt werden. Eine weitere Form der Überprüfung stellt der Zielerreichungsbogen (ZEB) dar, der anhand der wichtigsten Ziele und durch regelmäßige Einschätzung der Entwicklung des Kindes bzw. der Familie im Hinblick auf diese Ziele Veränderungsprozesse abbildet (Adler, im Druck).

Eine solche Überprüfung der Effekte dient einmal dazu, die Familie für die weitere Mitarbeit zu motivieren, indem für die Familie die erreichten Veränderungen dokumentiert werden. Darüber hinaus kann eine solche Dokumentation auch dazu dienen, eine Qualitätssicherung der eigenen Arbeit als Familienberater/-in durchzuführen.

Zusammenfassung

Der Beitrag stellt insbesondere Methoden und Interventionen dar, die dazu verwendet werden können, elterliche Ressourcen und Kompetenzen zu fördern und zu stärken. Neben einer Übersicht über die verschiedenen Formen der Arbeit mit Eltern werden einerseits einige allgemeine methodische Ansätze zur Förderung der elterlichen Erziehungsfähigkeit dargestellt. Außerdem wird das verhaltenstherapeutische Vorgehen beschrieben, das sich sehr gut dazu eignet, die Erziehungskompetenz von Eltern zu verbessern, weil es deren

Handlungsspielräume erweitert und ihre Problemlösefähigkeiten erhöht. Teilweise sind diese Verfahren auch auf ihre Wirksamkeit hin überprüft worden (Heekerens, 2002a). Eine Überprüfung der Effekte lässt sich im Einzelfall auch relativ einfach parallel zur Arbeit mit den Eltern durchführen. Die Darstellung zeigt insgesamt auch, dass eine breite Palette methodischer Vorgehensweisen existiert, die in der Arbeit mit Eltern und Familien zur Förderung der Erziehungskompetenzen einsetzbar sind. Es gibt trotz aller Unterschiedlichkeit eine Reihe von Gemeinsamkeiten zwischen behavioral orientierten Elterntrainings und systemischen und familientherapeutischen Ansätzen (Heekerens, 1997), und immer wieder werden Versuche unternommen, eine übergreifende theoretische Grundlage für die bestehenden Ansätze zu schaffen (Mücke, 1998).

Literatur

- Adler H (1998): Fallanalyse beim Hilfeplan nach § 36 KJHG. Frankfurt: Peter Lang
- Adler H, Berg R, Würtemberger P (1998): Elternmodule. Heilbronn: Interne Papiere der Kinderheimat Kleingartach
- Adler H (2001a): Formen der Eltern- und Familienarbeit in der Jugendhilfe – Teil 1: Kooperationsansätze. *Unsere Jugend* 53:149-158
- Adler H (2001b): Formen der Eltern- und Familienarbeit in der Jugendhilfe – Teil 2: Elterntraining und Familieninterventionen. *Unsere Jugend* 53:194-204
- Adler H (im Druck): Diagnose und Zielerreichung: Der Zielerreichungsbogen (ZEB). In: Schrappner Ch (Hrsg.): Sammelband zu "Psychosoziale Diagnostik" (genauer Titel steht noch nicht fest). Tagungsband mit Beiträgen zu einem Expertenworkshop an der Universität Koblenz 12/2003. Weinheim, München: Juventa
- Döpfner M, Schürmann S, Frölich J (1997): Therapieprogramm für Kinder mit hyperkinetischem und oppositionellem Problemverhalten THOP. Weinheim: Psychologie Verlags Union
- Fröhlich-Gildhoff K (Hrsg.) (2002): Indikation in der Jugendhilfe. Grundlagen für die Entscheidungsfindung in Hilfeplanung und Hilfeprozess. Weinheim: Juventa
- Gehrmann G, Müller KD (1998): Familie im Mittelpunkt. Handbuch effektives Krisenmanagement für Familien. Regensburg: Walhalla
- Gordon T (1991): Familienkonferenz in der Praxis. 4. Aufl. München: Heyne
- Heekerens H-P (1991): Familientherapie und Erziehungsberatung. Erfahrungen - Materialien - Modelle. Heidelberg: Asanger
- Heekerens H-P (1997): Elterntraining und Familientherapie - Gemeinsamkeit trotz Unterschiedlichkeit. *Kindheit und Entwicklung* 6:84-89
- Heekerens H-P (2002a): Wirksamkeit psychotherapeutischer Hilfen für Kinder und Jugendliche. In: Sulz SKD, Heekerens H-P (Hrsg.): Familien in Therapie. Grundlagen und Anwendung kognitiv-behavioraler Familientherapie. München: CIP-Medien, S. 381-403
- Heekerens H.P (2002b): Verhaltenstherapeutische Elterntrainings. In: Sulz SKD, Heekerens H-P (Hrsg.): Familien in Therapie. Grundlagen und Anwendung kognitiv-behavioraler Familientherapie. München: CIP-Medien, S. 229-241
- Honkanen-Schoberth P, Jennes-Rosenthal L (2000): Elternkurs: Wege zur gewaltfreien Erziehung. Ein Handbuch für Multiplikatoren. Hannover: Eigenverlag des Deutschen Kinderschutzbundes Bundesverband e.V.
- Jugendhof Porta Westfalica (1997): Familien-Aktivierungs-Management. Eine Leistungsbeschreibung. In: Evangelischer Erziehungsverband e.V. (EREV) (Hrsg.): Familienaktivierende Konzepte. Hannover: Eigenverlag des EREV, S. 34-44
- Kreuzer M, Räder H (1996): Video-Home-Training. Kommunikation im pädagogischen Alltag. Eine erprobte Methode (nicht nur) in der Familienhilfe. Bd. 17. Mönchengladbach: Schriften des FB Sozialwesen an der FHS Niederrhein
- Kühn T, Petcov R, Pliska L (Hrsg.) (2001): STEP – Systematisches Training für Eltern. Elternhandbuch Grundkurs 1. München: München, Beust
- Klein-Heßling A, Steckel J (2003): Erziehung macht Spaß – der Erziehungsführerschein. Viersen: Internes Papier der Psychologischen Beratungsstelle der Diakonie
- Mücke K (1998): Systemische Beratung und Psychotherapie – ein pragmatischer Ansatz. Berlin: Ökosysteme-Verlag
- Omer H, Schlippe Av (2004): Autorität durch Beziehung. Die Praxis des gewaltlosen Widerstands in der Erziehung. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht
- Peterander F (1997). Interaktions- und kommunikationszentrierte Gesprächsführung in Familien mit Problemkindern. *Kindheit und Entwicklung* 6:67-78
- Rothe M (1999): Sozialpädagogische Familien- und Erziehungshilfe. 4. Aufl. Eine Handlungsanleitung. Stuttgart: Kohlhammer
- Sanders MR, Markie-Dadds C, Turner KMT (2000): Positive Erziehung. 2. Aufl. Münster: Verlag für Psychotherapie.
- Schindler L, Hahlweg K, Revenstorf D (1998): Partnerschafts-probleme: Diagnose und Therapie. Therapiemanual. Berlin: Springer
- Schlippe Av, Schweitzer J (1996): Lehrbuch der systemischen Therapie und Beratung. Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht
- Schmidt MH (2001): Neues für die Jugendhilfe? Ergebnisse der Jugendhilfe-Effekte-Studie. Deutscher Caritasverband / Bundesverband katholischer Einrichtungen und Dienste der Erziehungshilfen e. V.. March: Verlag für das Studium der sozialen Arbeit.
- Thurmaier F (1990): Ehevorbereitung - Ein Partnerschaftliches Lernprogramm (EPL). *Dialog* 4:19-21
- Tschöpe-Scheffler S (2003): Elternkurse auf dem Prüfstand. Wie Erziehung wieder Freude macht. Opladen: Leske und Budrich

Dipl.-Psych. Dr. H. K. Adler
Psychologische Praxis Petra
Herrnstr. 94
63674 Altenstadt