



# Stepping Stones Triple P Gruppentraining

Stepping Stones ist ein Trainingsprogramm für Eltern aus Australien, das Eltern von Kindern mit Entwicklungsverzögerungen und Behinderungen Hilfen bei der Erziehung gibt. Es ist als Elterntrainingsprogramm im Rahmen eines Mehrebenenprogramms zur positiven Erziehung angesiedelt.

## Was ist Positive Erziehung?

*Positive Erziehung hat folgende Ziele:*

- Die Stärkung der Beziehung Eltern-Kind
- Förderung von positivem Erziehungsverhalten
- die Stärkung von Erziehungskompetenzen
- die Förderung der kindlichen Entwicklung
- die Vorbeugung bzw. Reduktion von Verhaltensproblemen der Kinder
- die Förderung der Unabhängigkeit und Selbstständigkeit im Alltag behinderter und entwicklungsverzögerter Kinder
- die Stärkung der Familien durch die Reduktion psychischer Belastungen
- die Förderung der Teilhabe am gesellschaftlichen Leben

*Sieben Grundregeln der Positiven Erziehung:*

1. Für eine sichere und interessante Umgebung sorgen
2. Eine positive und anregende Lernatmosphäre schaffen
3. Sich konsequent verhalten
4. Sich auf die Behinderung des Kindes einstellen
5. Realistische Erwartungen entwickeln
6. Am öffentlichen Leben teilnehmen
7. Auch die eigenen Bedürfnisse beachten

Mit Hilfe von Triple P werden *zentrale Fähigkeiten* von Kindern gefördert:

- Sprachentwicklung
- soziale Fähigkeiten
- Fähigkeiten zur Regulation der eigenen Emotionen
- Unabhängigkeit und Selbstständigkeit
- Problemlösefähigkeiten

## Erziehungsfertigkeiten

Das Stepping Stones Triple P-Programm beinhaltet 25 verschiedene Erziehungsfertigkeiten vor, aus denen Eltern individuell auswählen können, welche sie in ihrer Familie ausprobieren möchten

Beziehungen pflegen

- Wertvolle Zeit miteinander verbringen
- Miteinander kommunizieren
- Zuneigung zeigen

### Angemessenes Verhalten fördern

- Loben
- Aufmerksamkeit schenken
- Ablaufpläne erstellen
- ..

### Neues Lernen

- Ein gutes Vorbild sein
- Beiläufiges Lernen nutzen
- Punktekarten einsetzen
- ...

### Selbstkontrolle lernen

- Familienregeln aufstellen
- Mit direktem Ansprechen auf Nichtbeachtung von Regeln reagieren
- Klare, ruhige Anweisungen geben
- Anweisungen mit logischen Konsequenzen untermauern
- Die Stille Zeit einsetzen, um mit Problemverhalten umzugehen
- Die Auszeit bei schwerwiegendem Problemverhalten anwenden
- ....

## **Hilfe zur Selbsthilfe**

Stepping Stones versteht sich als Programm zur Hilfe zur Selbsthilfe, wobei der Eigenverantwortlichkeit der Eltern eine zentrale Rolle zugesprochen wird. Dazu gehört, dass den Eltern Fertigkeiten vermittelt werden, die sie in die Lage versetzen, Probleme unabhängig und selbstständig zu lösen:

Eigenverantwortung und Selbstregulation werden bei Triple P als zentrale Fähigkeiten betrachtet.

### ***Selbstsuffizienz***

Mit Triple P lernen Eltern, Probleme selbstständig zu lösen und somit unabhängig von äußerer Hilfe zu werden.

### ***Selbstwirksamkeit der Eltern***

Selbstwirksamkeit bezieht sich auf die Überzeugung der Eltern, dass sie zukünftige Aufgaben, Schwierigkeiten und Probleme in der Erziehung lösen werden.

### ***Selbstmanagement***

Selbstmanagement hilft den Eltern im Familienalltag unabhängig von fremder Hilfe zu werden

### ***Ursachenzuschreibung auf das eigene Handeln***

Eltern erkennen ihre eigenen Anstrengungen zunehmend als Ursache für Veränderungen oder Verbesserungen

### ***Allgemeine Problemlösefertigkeiten***

Dieser Aspekt der Selbstregulation betrifft die Fähigkeit der Eltern, erworbene Fertigkeiten und Wissen auch über das aktuelle Problem hinaus anzuwenden.

## **Aufbau des Programms Stepping Stones**

Das Gesamtprogramm von Stepping Stones erstreckt sich über einen Zeitraum von ca. neun Wochen. Eine einzelne Gruppensitzung dauert zwischen 90 und 150 Minuten.

### *Gruppensitzungen*

Sitzung 1: Positive Erziehung

Sitzung 2: Förderung der kindlichen Entwicklung

Sitzung 3: Beibringen neuer Fertigkeiten und Verhaltensweisen

Sitzung 4: Umgang mit Problemverhalten und Erziehungsroutinen

Sitzung 5: Vorausplanen

### *Telefonsitzungen*

Sitzung 6: Einsatz von Erziehungsfertigkeiten 1

Sitzung 7: Einsatz von Erziehungsfertigkeiten 2

Sitzung 8: Einsatz von Erziehungsfertigkeiten 3

Sitzung 9: Programmabschluss

## **Triple P-Mehrebenen-Modell**

Triple P ist als präventives Programm für alle Eltern zur Förderung der Erziehungskompetenz entwickelt worden. Die Wirksamkeit und hohe Akzeptanz von Triple P konnte für eine große Anzahl unterschiedlicher Zielgruppen nachgewiesen werden.

Triple P wurde als Mehrebenen-Ansatz entwickelt mit einem umfangreichen Angebot von Materialien, Beratungen und Elternkursen. Stepping Stones ist in diesem Programm als Gruppentraining eingeordnet.

## **Literatur:**

M.R. Sanders, T.G. Mazzucchelli, L.J. Studmann, Trainermanual für das Stepping Stones Triple P – Gruppentraining, Münster 2010

[www.triplep.de](http://www.triplep.de)

[www.steppingstones-triplep.de](http://www.steppingstones-triplep.de)