

„Die Super-Nanny kommt ...“ oder „Kann man Erziehung lernen?“

Ein Elterntrainingsprogramm zur positiven Gestaltung von Erziehung gibt Antwort

Jürgen Plass, Dipl.-Psychologe

Die Vorstellungsanlässe ähneln sich:

- Eine Mutter klagt: „Bei Tim (4 Jahre) muss ich alles zehnmal sagen. Er lacht mich nur aus, auch im Kindergarten berichten die Erzieherinnen von erheblichen Verhaltensproblemen. Wie soll das erst werden, wenn er älter ist?“
- Felix trödelt jeden Morgen und bringt seine Mutter zur Weißglut, weil sie pünktlich zum Dienst erscheinen muss.
- Ann-Kathrin kneift die kleine Schwester im Vorbeigehen immer wieder, so dass diese anfängt zu weinen – schimpft die Mutter mit Ann-Kathrin, so rennt sie in ihr Zimmer und schlägt heftig die Tür zu oder hält sich einfach die Ohren zu.
- Kaum glaubt sich Niklas unbeobachtet, so springt er heftig auf dem Sofa hin und her. Obwohl die Mutter es ihm schon Dutzende mal gesagt hat, macht er dies alle Tage wieder.
- Die alleinerziehende Mutter von drei Kinder beschwert sich bitterlich, erschöpft und voller Enttäuschung, dass ihre Kinder (5, 7 und 9 Jahre) zu Hause keinen Finger krumm machen – gleichzeitig aber in Wohnzimmer und Küche jeden Abend ein Chaos hinterlassen.
- Der Mitarbeiter der sozialpädagogischen Familienhilfe fragt für eine Familie an, von der er den Eindruck hat, dass sie dringend einen Intensivkurs in erzieherischer, elterlicher Kompetenz benötigt.
- Eine Mutter hatte die Sendung „Super-Nanny“ im Fernsehen gesehen und fragt bei der EB an, ob „so etwas“ nicht auch hier gemacht werde.

Diese Beispiele machen deutlich: es geht um erzieherisches Basisverhalten, welches es Eltern ermöglicht, ruhig, positiv und konsequent den Umgang mit ihren Kindern zu gestalten. Und es geht darum, ob man dies auch lernen kann. Die Frage können wir heute ganz klar mit „Ja“ beantworten: **Eltern können eine effektive Erziehung lernen!**

So kann zum Beispiel das bewährte Triple P Erziehungsprogramm Eltern helfen, ihre Kinder liebend und gerne zu erziehen und sie in ihrer Entwicklung zu fördern. In dem Trainingsprogramm erhalten sie Anregungen, wie sie eine positive Beziehung zu ihrem Kind aufbauen und den Familienalltag einfacher und schöner gestalten können. Auch zum Umgang mit schwierigen Situationen bzw. deren Vorbeugung finden Eltern Rat und Unterstützung. Diese Ziele sind schon in dem Namen enthalten: Positiv Parenting Programm = Triple P (dreimal P).

Das Programm geht davon aus, dass Kinder

- das Recht auf eine positive Beziehung zu ihren Eltern und auf eine liebevolle, fördernde und konsistente Erziehung haben,
- das Recht auf gewaltfreie Erziehung haben – deshalb brauchen Eltern Erziehungsfertigkeiten, die eine Alternative zur Gewalt bieten.

Unter folgenden Bedingungen kann die Teilnahme an dem Elterntaining erfolgversprechend sein:

- bei erzieherischen Schwierigkeiten in unterschiedlichen Situationen,
- bei Unsicherheiten und Problemen im Erziehungsverhalten der Eltern bzw. unzureichender Übereinstimmung in den erzieherischen Vorstellungen der Eltern,
- es sollten zu Beginn keine schweren psychischen Störungen der Eltern und keine schwerwiegenden Partnerschaftskonflikte vorhanden sein,
- es muss die Bereitschaft der Eltern zur Teilnahme an allen Sitzungen bestehen.

Das Elterntainingsprogramms als Teil des Angebots der Erziehungsberatungsstelle – eine besondere Qualität !

Durch die Einbettung des Trainingsprogramms in das Gesamtangebot der Erziehungsberatungsstelle haben wir die Möglichkeit einer sorgfältigen differentialdiagnostischen Abklärung und der Entwicklung eines individualisierten passgenauen Beratungskontraktes:

- Bedarf es anderer testmetrischer Abklärung (z. B. bei Teilleistungsschwächen, Persönlichkeitsbesonderheiten, usw.)?
- Brauchen die Eltern konkrete, handlungsorientierte Hilfen bzw. praktisches pädagogisches und psychologisches Wissen? Reicht evtl. eine informatorische Kurzberatung?
- Braucht es andere individual- und familientherapeutische Maßnahmen? Müssen diese evtl. vor- oder nachgeschaltet sein?
- Bedarf es anderer bzw. zusätzlicher, am Sozialraum orientierten Maßnahmen, wie Beratung der Einrichtung, u.ä.?

Kommen Berater/in und Eltern in dem sorgfältigen Abklärungsprozess zu dem Schluss, dass ein Elterntaining sinnvoll ist, so besteht die Möglichkeit, Eltern in einer Gruppe zusammenzubringen – dieser Austausch und die Begegnung mit anderen kann ein deutlicher Vorteil gegenüber dem herkömmlichen, individualisierten Familienberatungssetting darstellen. Auch lässt die Einbindung des Trainings in das gesamte Angebot der EB eine genaue zeitliche Platzierung dieser Maßnahme für die jeweilige Familie / den jeweiligen Elternteil zu. So kann mit einzelnen Eltern zunächst individuell gearbeitet werden, wenn sie z. B. im Rahmen einer Trennung noch zu stark psychisch beeinträchtigt sind, mit dem Kind kann parallel einzeldiagnostisch bzw. -therapeutisch gearbeitet werden, massive Paarkonflikte können vorab abgeklärt oder auch nach dem Ende des Trainings fokussiert werden. Diese individualisierte Passgenauigkeit wird von den Klienten sehr begrüßt. Die standardisierte Form des Elterntainingsprogramms erhöht die Ökonomie des Einsatzes.

Zum Elterntaining selbst:

Das Elterntrainingsprogramm besteht aus viermal zweistündigen Gruppensitzungen sowie vier daran im Wochenabstand anschließenden telefonischen Kontakten á 20 Minuten zur Erprobung, Reflektion und Festigung erlernter, erzieherischer Strategien.

Folgende Inhalte werden in den Gruppensitzungen vermittelt:

Sitzung 1 - Positive Erziehung:

Grundprinzipien einer positiven Erziehung, Ursachen von Verhaltensproblemen

Sitzung 2 - Förderung der kindlichen Entwicklung:

Entwicklung positiver Beziehung zum Kind, Förderung angemessenen Verhaltens, Beibringen neuer Fertigkeiten und Verhaltensweisen

Sitzung 3 – Umgang mit Problemverhalten:

Erziehungsstrategien zum Umgang mit Problemverhalten

Sitzung 4 – Vorausplanen:

Bedürfnisse der Eltern, Risikosituationen

Sitzung 5 – 8:

Individuelle Telefonkontakte

Die bisherige Arbeit:

In der Zeit von Mai bis Dezember 2004 haben 6 Gruppentrainings mit insgesamt 41 Teilnehmern stattgefunden (davon 8 Männer, 7 Ehepaare, 9 Alleinerziehende). Der größte Teil wurde von den Kolleginnen und Kollegen aus der Einzelberatung in das Gruppentraining geschickt, drei kamen aus Maßnahmen der Jugendhilfe, 3 meldeten sich über die Homepage mit dem entsprechenden Angebot. Ein Problem war die hohe zeitliche Beanspruchung vieler Eltern: Fast alle Gruppen waren mit 8 bis 10 Teilnehmern geplant, im letzten Moment sprangen in der Regel einzelne Eltern mit dem Hinweis auf Arbeit oder andere Belastungen ab, so dass die vorhandene Kapazität nicht voll ausgenutzt werden konnte. Auch im Verlauf des Trainings zeigte sich, dass nur 10 Eltern vollständig an allen Sitzungen teilnehmen konnten, alle anderen hatten mindestens eine Fehlsitzung wegen plötzlich anstehender Arbeit, Krankheit des Kindes bzw. der Mutter u. Ä. Vier Teilnehmer nahmen nur an einer Sitzung teil, brachen also die Maßnahme ab. Bei nahezu allen Eltern konnte die Beratung in der EB mit dem Auslaufen des Trainingsprogramms beendet werden.

Einzelne Rückmeldungen von Eltern sowie entsprechende Forschungsergebnisse zeigen sehr positive Ergebnisse dieser Gruppenarbeit:

- Reduktion ungünstigen Erziehungsverhaltens,
- Steigerung günstiger Erziehungsfähigkeiten,
- weniger kindliche Verhaltensauffälligkeiten und Verhaltensprobleme,
- erhöhte Zufriedenheit der Eltern, verstärkter Glaube an die eigene Wirksamkeit als Eltern.

Ausblick:

Mit dem Triple P-Elterntrainingsprogramm haben wir die Angebotspalette der EB um einen wichtigen Aspekt erweitert: Das Programm ist nachgewiesenermaßen wirksam, es ist ökonomisch und es bietet den Vorteil eines Gruppenangebotes, d. h. Eltern lernen andere Eltern in ähnlichen Familiensituationen kennen, teilweise werden Kontakte auch nach der Gruppenarbeit weiter gepflegt.

Wir sind überzeugt, dass ein solches präventives, elternzentriertes Programm so früh wie möglich – im Kleinkind oder Vorschulalter – zum Einsatz kommen sollte. Ein breit gefächertes Angebot entsprechender Trainingskurse könnte die in den Beispielen beschriebene Verunsicherung von Eltern deutlich vermindern und Eltern mit ihren Kindern fit für die Zukunftsaufgaben machen.

Einige kritische Anmerkungen zur Sendung „Super – Nanny“

In den Ausschnitten, die ich bisher gesehen habe, wurden einige gravierende Unterschiede zu Triple P deutlich, die ich im Folgenden kurz erläutern möchte:

Triple P baut auf den Stärken der Familie auf. Eine wichtige Rolle hierbei spielt die Wertschätzung dessen, was Eltern leisten und was ihnen bisher gut gelungen ist. Dies gilt sowohl für die Interaktion zwischen Eltern und Kindern wie für die Erziehungsberatung selbst. Dieses ressourcenorientierte Vorgehen von Triple P ist eingebettet in das zentrale Konzept der Selbstregulation. Eigenverantwortung und Selbstregulation werden bei Triple P als zentrale Fähigkeiten betrachtet. Dazu gehört eine entsprechende Gestaltung des Beratungsprozesses sowie die Vermittlung von Fertigkeiten, die Eltern in die Lage versetzen, Probleme unabhängig und selbständig zu lösen. Aus dem Selbstregulationsansatz folgt z. B., dass nicht die Kompetenz des „Experten“ im Vordergrund stehen sollte, sondern die Anstrengungen und Erfolge der Eltern und Kinder.

Die Betonung der Stärken von Kindern und Eltern sowie der positiven Dinge in der Familie führen sowohl in der Beratung als auch in der elterlichen Erziehung zu einer hilfreichen Blickveränderung. Die Aufmerksamkeit der Eltern soll stärker auf die positiven Seiten des Kindes und der Elternschaft gelenkt werden. Gleichzeitig wird dem Kind mehr und vor allem positive Aufmerksamkeit geschenkt. Dies ist ein ganz wichtiger Wirkungsmechanismus von Triple P.

Grundlage aller positiven Beziehung ist ein respektvoller und liebevoller Umgang mit den Kindern, dies gilt es in den Vordergrund zu stellen.

Auf die „Familienregeln“ selbst bezogen schlägt Triple P vor, nur einige wenige Regeln und diese positiv formuliert (z. B. „Wir sprechen mit ruhiger Stimme.“ NICHT „Wir schreien nicht“) zu verwenden. Die Regeln sollen gemeinsam in der Familie erarbeitet, nicht von einer Expertin vorgegeben werden. Sie sollen gerecht, einfach zu verstehen und leicht umsetzbar sein sowie für alle Familienmitglieder gelten. Mit zunehmendem Alter des Kindes muss hier auch sein Einfluss bei der Gestaltung der Regeln zunehmen.

Aus diesen wenigen Sätzen wird die positive Grundhaltung von Triple P sowie die Betonung möglichst konkreter Anregungen und Beispiele für eine förderliche Kommunikation und Interaktion in der Familie deutlich.

Abschließend einige Punkte, die ich mir von einer Erziehungssendung im Fernsehen wünsche:

- Eine liebevolle, humorvolle und gleichzeitig sachliche Darstellung unter Respektierung der Würde und Privatsphäre aller Beteiligten,
- Orientierung am Selbstregulationsansatz,
- Berücksichtigung des inneren Zusammenhangs von Kommunikations- und Interaktionsverhalten in der Familie,
- Vermittlung fachlich fundierter und möglichst konkreter Handlungsalternativen an einigen wenigen Beispielen.

Neben der berechtigten Kritik an diesen Sendeformaten wünsche ich mir in der Diskussion zu diesem Thema mehr Empathie, Akzeptanz und Wertschätzung auch für die beteiligten Eltern und alle Eltern, die diese Sendung gesehen haben. Ressourcenorientierung statt Defizitorientierung sollte auch hier nicht nur ein Schlagwort bleiben. Es wäre wenig hilfreich, den Eltern, die diese Sendung anschauen unlautere Motive, mangelnde Reflexion u. Ä. zu unterstellen sowie ihnen ein schlechtes Gewissen zu machen. Es gilt anzuerkennen, dass diese Sendung zu einer neuen Auseinandersetzung mit Erziehungsfragen und den damit verbundenen Auseinandersetzungen mit Grenzsetzungen und Regeln geführt hat. Dieser Aufgabe wollen wir uns auch in Zukunft als Erziehungsberaterinnen und –berater stellen.