

Präventives Elterntraining

R. Lüthi

Institut für Sozial- und Präventivmedizin der Universität Bern

1. Einleitung

Es ist eine Tatsache, dass Eltern in der Regel keine Gelegenheit haben, effektives Erziehungsverhalten zu lernen und einzuüben. Es werden zwar viele Kurse, Vorträge, Zeitschriften und Bücher über Erziehung angeboten, doch bleibt diese Art der Elternbildung häufig auf der Ebene der theoretischen Wissensvermittlung stehen und Unsicherheit und Ratlosigkeit der Eltern werden erhöht. Viele Eltern – und Fachleute – sind der Ansicht, dass angepasstes Verhalten an die sozialen Gegebenheiten der Familie selbstverständlich sei. Dabei wird übersehen, dass das Kind die Fertigkeiten der sozialen Anpassung in vielen kleinen Schrittlchen erlernen muss. Ob der Sozialisationsprozess günstig oder ungünstig verläuft, hängt weitgehend vom geschickten und intuitiven Verhalten der Eltern ab. Der soziale Lernprozess des Kindes könnte durch die Etablierung von Regeln, welche die Eltern-Kind-Interaktion umschreiben, günstig beeinflusst werden und dem Kind Sicherheit und Vertrauen vermitteln.

Die Annahme, dass auch die Eltern aus der alltäglichen Erziehungsarbeit mit ihren Kindern aus ihren Erfahrungen lernen, scheint auf den ersten Blick zu stimmen. Im Rahmen unserer Arbeit hat sich gezeigt, dass es in fast jeder Familie mehr oder weniger ernste Erziehungsschwierigkeiten gibt. Um diese zu beheben, greifen viele Eltern auf diejenigen Methoden zurück, die sie in ihrer Kindheit an sich selber erlebt haben. Diese Art der Erziehung «durch Lernen aus Versuch und Irrtum, aus Fehlern und Erfolgen...», scheint ein wenig angemessener, wenig verantwortungsvoller Weg zum Erlernen eines adäquaten Erziehungsverhaltens zu sein», schreiben *Tausch und Tausch* [9].

2. Theoretischer Rahmen

Arbeiten im Bereiche der Verhaltensmodifikation haben in den letzten Jahren durch systematische Beobachtung und Analyse von unangepassten Verhaltensweisen aufgezeigt, dass der grösste Teil aller menschlicher Verhaltensweisen nach bestimmten Gesetzmässigkeiten durch Lernprozesse erworben wird. Logische Konsequenz war, dass nun die Eltern in die Behandlung ihrer gestörten Kinder mit einbezogen wurden. Übersichtsreferate über therapeutische Elterntrainings liegen vor von *Patterson* [7]; *Berkowitz und Graziano* [2]; *Johnson und Katz* [4]; *O'Dell* [6] sowie *Innerhofer und Müller* [3]. *Patterson und Reid* [8] entdeckten zwei wesentliche Interaktionsstrukturen, die in der Familie vorkommen:

1. Eine befriedigende, soziale Interaktion ist durch eine Gegenseitigkeit (reciprocity) von Verstärkungen gekennzeichnet, das heisst, die beiden Partner

Das präventive Elterntraining, ein auf lerntheoretischen Grundsätzen aufgebautes Erziehungskonzept, will einen Beitrag zur Vermeidung von Verhaltensstörungen leisten. Aufbau, Durchführung und Anwendung der Elterntrainingskurse werden in diesem Artikel vorgestellt.

verstärken sich gegenseitig mit derselben Häufigkeit positiv. Die Folge ist, dass das Verhalten beider Personen aufrecht erhalten wird.

2. Wenn dieses Gleichgewicht verlorengeht, entwickelt sich eine andere Interaktionsform (coercion), die dadurch charakterisiert ist, dass der eine Partner das Verhalten des anderen durch aversive Stimuli kontrolliert und für sein Verhalten selbst positiv verstärkt wird. *Müller* [5] schreibt: «Kinder sind für ein derartiges Verhalten besonders anfällig, da sie noch kein geschicktes soziales Verhaltensrepertoire entwickelt haben, das ihnen auf andere Weise die erwünschten Konsequenzen der Umgebung sichert. Ausserdem haben sie nur eine sehr beschränkte Anzahl von Bezugspersonen, von denen sie sich die gewünschte Aufmerksamkeit holen können. Deshalb sehen sich die Eltern einer Flut von Wünschen und Forderungen gegenüber, die sie den Kindern erfüllen sollen. Tun sie es nicht, verstärken die Kinder ihr aversives Verhalten. Der Erwachsene kann diesen unangenehmen Reiz mit der Erfüllung der Forderung beenden, das heisst, das Kind verstärkt das inkonsequente Verhalten der Eltern negativ durch die Einstellung seines fordernden Verhaltens.»

Die Autoren stellen sich auf den Standpunkt, dass äussere Ereignisse (Tod eines Elternteils, Geburt eines Geschwisterchens u. a.) für das Kind eine Einschränkung sozialer Verstärkung zur Folge haben können. Da das Kind in diesem Falle versuchen wird, die Aufmerksamkeit der Erwachsenen durch auffälliges Verhalten zu erzwingen, gerät es in Gefahr, «als ungezogen, lästig oder gar schlecht klassiert zu werden», bemerkt *Müller* [5]. Die Folge wird sein, dass die positive Interaktionsrate der Eltern noch weiter reduziert wird und dadurch die Häufigkeit des unerwünschten Verhaltens des Kindes zunimmt.

Diese Erkenntnisse bilden die Kernpunkte des präventiven Elterntrainings. Die Eltern können erkennen, dass es an ihnen liegt, die in der Familie günstigen Verstärkerbedingungen aufrecht zu erhalten und damit der Entwicklung von Problemen vorzubeugen. Unser präventives Elterntraining stellt somit ein auf lerntheoretischen Erkenntnissen fundiertes Erzie-

hungskonzept dar, welches aus folgenden Gründen geeignet ist, den Eltern angemessenes Erziehungsverhalten zu lehren:

1. Die Eltern sind Auslöser für bestimmte Verhaltensweisen ihres Kindes.
2. Die Eltern sind im Besitze der Verstärker der kindlichen Verhaltensweisen, sie können auf das Verhalten des Kindes Konsequenzen setzen.
3. Das Kind lernt von seinen Eltern durch Imitation.
4. Es liegt in der Hand der Eltern, die häusliche Situation so einzurichten, dass dadurch günstige soziale Lernbedingungen geschaffen werden.

3. Lehrziele/Absichten

1. Die Eltern lernen, Interaktionen mit dem Kind zu beobachten und aufzuzeichnen. Dies geschieht durch die Darstellung von alltäglichen Erziehungssituationen im Verhaltensspiel während des Trainings und durch Beobachtung von Verhaltensweisen des Kindes zu Hause.
2. Während des Trainings lernen die Eltern durch Erfahrung von verschiedenen Interaktionsformen, Verhalten zu analysieren.
3. Während des Trainings können sich die Eltern entsprechendes Erzieherverhalten aneignen, welches es ihnen ermöglicht, verantwortungsbewusst erwünschte Verhaltensansätze des Kindes zu fördern und unerwünschte Ansätze zu erkennen und durch entsprechende Massnahmen zu kontrollieren.
4. Die Eltern lernen, ihr eigenes Verhalten und dessen Auswirkungen zu kontrollieren. Sie lernen, dass die Familie ein System gegenseitiger Verstärkung ist und dass sie selbst auf ihr eigenes Verhalten achten müssen, damit sich das Kind gut entwickeln kann.
5. Die Eltern lernen, die häusliche Situation so zu strukturieren, dass sie dem Kind günstige soziale Lernbedingungen bieten.
6. Das präventive Elterntaining soll ökonomisch sein, d. h. es wird in Gruppen bis zu zwölf Teilnehmern gearbeitet, damit der Zeit- und Kostenaufwand in Grenzen gehalten werden kann.
7. Im Training werden Lerninhalte und Übungen in ihren Ansprüchen so einfach wie möglich, aber auch so wissenschaftlich wie notwendig gestaltet, damit die Eltern nicht überfordert werden und Laien die Möglichkeit haben, das Programm zu erlernen und unter Supervision durchzuführen.
8. Übergeordnetes Ziel ist, den Eltern die Verantwortung über die Erziehung ihres Kindes zu belassen.

4. Inhalt

1. Lernschritt: Die Eltern sollen lernen, vor dem Hintergrund des Imitationslernens/Lernen durch Nachahmung, «Verhalten» zu beobachten, zu analysieren und zu benennen.

In einer Beobachtungsübung setzen sich die Eltern aktiv mit dem Begriff «Verhalten» auseinander. Anhand eines Films wird in die Problematik des angeborenen und gelernten Verhaltens eingeführt und in Übungen werden die Eigenschaften desselben bespro-

chen. Die Eltern lernen, Verhalten zu beobachten und in einzelne beobachtbare Verhaltensschritte aufzuschlüsseln. In einem Kurzreferat zeigt ihnen der Trainer auf, dass das Kind ebenfalls durch Beobachtung lernt. Abschliessend wird die Bedeutung des Imitationslernens in der Erziehung besprochen.

2. Lernschritt: Die Eltern sollen durch die Darstellung und Aufzeichnung von erzieherischen Situationen aus ihrem Alltag erleben, dass zwischen Eltern- und Kindsverhalten ein Zusammenhang besteht.

In Verhaltensspielen stellen die Kursteilnehmer immer zu zweit eine erzieherische Situation im Rollenspiel dar, wobei sie entweder aus vorgegebenen Aufgaben, oder einer eigenen erzieherischen Erfahrung mit ihrem Kind auswählen können. Die Auswertung der Verhaltensspiele macht die Eltern mit dem sogenannten S-K-E-Schema bekannt. Die Analyse der Verhaltensspiele zeigt auf, dass zwischen dem Kindsverhalten (*K*) und dem Verhalten der Eltern (*E*) eine Verhaltenskette gebildet werden kann und die Situation (*S*), in welcher sich die entsprechende Interaktion abspielt, einen mitbestimmenden Einfluss auf die Art und Weise des Ablaufes hat. Die Hausaufgabe besteht darin, dass die Eltern eine S-K-E-Analyse einer eigenen erzieherischen Situation aus ihrem Alltag durchführen.

3. Lernschritt: Die Eltern sollen die wichtigsten Prinzipien der Verhaltensbeeinflussung und deren Wirkung kennen lernen.

Das Kernstück des dritten Lernschrittes besteht darin, dass die Eltern in einer Übung die Bedeutung von positiver, negativer und keiner Zuwendung erleben. Die drei Übungssituationen werden jeweils mit Video aufgezeichnet und in der folgenden Auswertung diskutiert. Die Diskussion ergibt, dass positive Zuwendung geeignet ist, angemessenes Verhalten des Kindes aufrecht zu halten, dass negative Zuwendung unangemessenes Verhalten des Kindes verstärkt und dass keine Zuwendung geeignet ist, unangemessenes Verhalten des Kindes zu löschen. Die Eltern werden ebenfalls mit den Begriffen «Verstärkung» und «Nicht-Verstärkung» konfrontiert. Die Hausaufgabe gibt den Eltern Gelegenheit, eine angenehme Verhaltensweise ihres Kindes während der Woche gezielt positiv zu verstärken. Ebenso haben sie aufzuschreiben, wann sie selber in welcher Situation auf welche Art von welcher Person verstärkt wurden.

4. Lernschritt: Die Eltern sollen die Entstehung und den Ablauf von Verhaltensketten erkennen und beurteilen und sich bewusst werden, dass sich das Verhalten aller Familienmitglieder wechselseitig bedingt.

Material dieser Analyse sind die Videoaufnahmen der Verhaltensspiele und die Hausaufgaben. Zur Darstellung dient wiederum das S-K-E-Schema, welches in diesem Falle als Kategoriensystem benutzt wird. Dadurch können die Wirkung des Verhaltens der Eltern auf das Kind und umgekehrt und die daraus folgenden Konsequenzen deutlich gemacht werden. Die Eltern lernen, dass sie Verhalten durch nachfol-

gende Ereignisse (Zuwendung) sowie durch Umstrukturierung der Situation und günstige Aufforderungen beeinflussen können. Sie erleben, dass es für die Beziehung Eltern/Kind günstig ist, wenn das Positive im Verhalten des anderen hervorgehoben wird.

5. Lernschritt: Den Eltern sollen Hilfen zur Erweiterung ihres Verhaltensrepertoires gegeben werden.

Ausgehend von der Frage: Was erwarten Eltern von Strafen, und einem Kurzreferat des Trainers über «Bestrafungen», wird nach Alternativmöglichkeiten gesucht. Dabei wird herauskristallisiert, dass sich die meisten unserer Kursteilnehmer auf dem richtigen Weg befinden, nämlich, indem sie normales, angepasstes Verhalten ihres Kindes durch soziale Zuwendung positiv verstärken, und ihr Kind im Sinne eines «Shapings» zu fördern versuchen. Anhand eines Beispiels wird gezeigt, dass Verhaltensweisen, die man vom pubertierenden Kind verlangt, bereits in Ansätzen im Kleinkindalter herausgeformt werden können. Abschliessend erhalten die Eltern die Möglichkeit, angemessenes Erziehungsverhalten zu üben. Sie erleben, dass das Schwergewicht in der Erziehung auf der Kontrolle des eigenen Verhaltens liegen muss.

Durch das präventive Elterntraining wird versucht, den Eltern ein Erziehungskonzept auf lerntheoretischer Grundlage näher zu bringen.

5. Durchführung

Zielpublikum des präventiven Elterntrainings sind Eltern, welche ein Kind im Alter von ca. 1½ Jahren haben. Das präventive Elterntraining umfasst sechs Lektionen zu zwei Stunden, wobei einmal wöchentlich abends eine Lektion stattfindet. Vom Ablauf her sind die Lektionen stark strukturiert, um den Teilnehmern die Übersicht zu erleichtern und um in der relativ knappen Zeit effektiv arbeiten zu können. Da als Arbeitsmethoden Verhaltensspiele mit Instruktionen, positive Verstärkung, Hilfestellungen und Modellverhalten durch den Trainer, Videofeedback, Beobachtungsprotokolle, Diskussion und Erfahrungsaustausch eingesetzt werden, ist es möglich, den Grundgedanken des präventiven Elterntrainings «aus der Praxis, für die Praxis» zu verwirklichen.

6. Anwendung

Im Rahmen einer Pilotstudie, unterstützt durch den Nationalfonds, wird unser präventives Elterntraining zurzeit an mehreren Gruppen auf seine Akzeptabilität und Verständlichkeit geprüft. Erste Erfahrungen zeigen, dass unser präventives Elterntraining erreicht, dass sich die Eltern des eigenen Einflusses auf ihr Kind bewusst werden; dass die Eltern die Erziehung ernst nehmen; dass die Eltern in ihren bisherigen Erziehungsbemühungen bestärkt werden; dass die Eltern eine Sprache lernen, die es ihnen erlaubt, sich innerhalb der Familie angemessen über die Erziehung zu unterhalten. Sämtliche Teilnehmer nahmen bis zum Schluss am präventiven Elterntraining teil und die Gruppen bleiben auf freiwilliger Basis beisammen, um

zukünftig auftretende Erziehungsschwierigkeiten gemeinsam diskutieren zu können.

Es ist vorgesehen, geeignete Evaluationsinstrumente zu schaffen, die es erlauben, die Qualität des Trainingsprogrammes auf der Ebene der Geisteshaltung und des Verhaltens der Eltern in der Erziehung zu evaluieren. Als Indikatoren werden Videofilmaufnahmen von Eltern-Kind-Interaktionen und Fragebögen vor und nach dem Training dienen. Dabei sind wir uns des Dilemmas psychologisch-pädagogischer Messungen im Feld bewusst (Aurin [1]). Sobald diese Arbeiten abgeschlossen sind, wird unser präventives Elterntraining in einer kontrollierten Studie mit zwei Kontrollgruppen nach psychologisch-pädagogischen und sozial-medizinischen Kriterien in einer Langzeitstudie geprüft.

7. Schlusswort

Unser präventives Elterntraining, ein auf lerntheoretischen Grundlagen basierendes Erziehungskonzept, will einen Beitrag zur Vermeidung von Verhaltensstörungen leisten. Wir stehen am Anfang einer interdisziplinären Zusammenarbeit, die sich zum Ziel gesetzt hat, Eltern zu kompetenten Erziehern ihrer Kinder auszubilden.

Zusammenfassung

Allgemeine Voraussetzungen, theoretischer Rahmen, Inhalt und Ziele des präventiven Elterntrainings werden diskutiert. Es wird darauf hingewiesen, dass unser präventives Elterntraining zurzeit in einer Pilotstudie auf Akzeptabilität und Verständlichkeit geprüft wird. Erste Ergebnisse deuten an, dass unser präventives Elterntraining die Eltern in ihrem Erziehungsverhalten unterstützt. Es ist vorgesehen, eine umfassende Studie mit zwei Kontrollgruppen und einer Begleituntersuchung nach psychologisch-pädagogischen und sozialmedizinischen Kriterien durchzuführen.

Summary

Preventive training of parents

General conditions, the theoretical frame, the contents and purposes of our preventive training of parents are discussed. The attention is drawn to the fact that our preventive training of parents is—at the time being—examined in a pilot study with regard to acceptability and understanding. First results let suppose that our preventive training supports the parents in their educational behavior. An extensive study with two control groups and an accompanying study basing on psycho-pedagogical and social-medical criteria are planned.

Résumé

L'entraînement préventif des parents

Des conditions générales, le rapport théorique, le contenu ainsi que les intentions de l'entraînement préventif des parents sont discutés. Il est indiqué que notre entraînement préventif des parents est actuellement examiné dans une «étude pilote» en ce qui concerne l'acceptabilité et la compréhension. Des premiers résultats montrent que notre entraînement préventif supporte les parents dans leur comportement éducatif. Il est prévu de faire une étude extension avec deux groupes de contrôle et une étude accompagnante selon des critères psycho-pédagogiques et socio-médicaux.

Literatur

- [1] Aurin, K., Das Dilemma pädagogischer Begleitforschung, Zeitschrift für Pädagogik, 19, 1, 7 (1973).
- [2] Berkowitz, B. P., and Graziano, A. M., Training parents as behavior therapists: A review, Beh. Res. Ther. 10, 297 (1972).

- [3] *Innerhofer, P., und Müller, G. F.*, Elternarbeit im Rahmen der Verhaltenstherapie. Eine Literaturübersicht. In: Sonderheft 1, 1974 der Mitteilungen der GVT, München, 1974.
- [4] *Johnson, C. A., and Katz, R. C.*, Using parents as change agents for their children: A review, *J. Child Psychol. Psychiat.* 14, 181 (1973).
- [5] *Müller, G. F.*, Die Konzeption des präventiven Elterntrainings, 1. Teil: Das Verhaltenstraining, Unveröffentlichtes Manuskript, München, 1975.
- [6] *O'Dell, S.*, Training parents in behavior modification: A review, *Psychol. Bull.* 7, 418 (1974).
- [7] *Patterson, G. R.*, Behavioral intervention procedures in the classroom and in the home. In Bergin & Garfield (Eds.), *Handbook of psychotherapy and behavior change*, New York, 1971; 751–777.
- [8] *Patterson, G. R., and Reid, J. B.*, Reciprocity and coercion: Two Facets of social systems. In: Neuringer & Michael (Eds.), *Behavior Modification in Clinical psychology*, New York, 1970.
- [9] *Tausch, R., und Tausch, A.-M.*, *Erziehungspsychologie*. Hogrefe, Göttingen, 1970, p. 23.

Adresse des Autors:

Roland Lüthi, Jugendpsychologe, Institut für Sozial- und Präventivmedizin der Universität Bern, Waldheimstrasse 18, CH-3012 Bern.