

Präventive Ansätze in der Familienpsychologie: einführender Überblick

Prävention im Bereich Familie

Blockseminar

Departement für Psychologie

Universität Fribourg

Prof. Dr. Klaus A. Schneewind
Department Psychologie
Ludwig-Maximilians-Universität München

Präventive Ansätze in der Familienpsychologie

Übersicht

- Grundlegendes zur Familienpsychologie und zum Thema Prävention
- Frühkindliche Bildung und Erziehung im Kontext der Familie
- Präventive Ansätze zur Stärkung von Eltern-Kind-Beziehungen
- Präventive Ansätze zur Stärkung von Paarbeziehungen

Was ist Familienpsychologie ?

Die Familienpsychologie ist eine relativ junge Teildisziplin der wissenschaftlichen Psychologie, die sich mit der familialen Lebenspraxis, d.h. mit dem Verhalten, dem Erleben und der Entwicklung von Personen im Kontext des Beziehungssystems „Familie“ beschäftigt, und zwar mit der Absicht der Beschreibung, Erklärung, Vorhersage und Veränderung der dabei auftretenden Phänomene und Bedingungen.

Was sind Familien?

Familien sind biologisch, sozial und/oder rechtlich miteinander verbundene Einheiten von Personen, die – in welcher Zusammensetzung auch immer – mindestens zwei Generationen umfassen und bestimmte Zwecke verfolgen.

- **Gemeinsame Güter:** u.a. Pflege und Sorge für die ältere Generation; Bereitstellung einer ausreichenden Kinderzahl, Erziehung und Bildung von Kindern
- **Private Güter:** u.a. „Befriedigung emotionaler Bedürfnisse von Menschen wie Intimität, Liebe, persönliche Erfüllung“ als eine „notwendige Voraussetzung, damit überhaupt jene gemeinsamen Güter entstehen können.“

- **Grundlagenforschung,** z.B. die Analyse funktionaler und dysfunktionaler Formen der Entwicklung von Paar- und Eltern-Kind-Beziehungen
- **Anwendungsforschung,** z.B. die Entwicklung und Evaluation von Präventionsprogrammen zur Stärkung von Paar- und Elternkompetenzen
- **Vermittlung von Wissen und Handlungskompetenzen,** z. B. durch Lehre, Vorträge, Workshops, Training, Coaching, Medien, Politikberatung

Interventionsorientierte Themen und Aufgaben der Familienpsychologie

- **Präventive Intervention** auf der Ebene des gesamten Familiensystems oder seiner Subsysteme
Ziel: Entwicklung und Stärkung familialer Beziehungs- und Erziehungskompetenzen (u.a. für das Paar- und das Eltern-Kind-Subsystem)
- **Familienberatung**
Ziel: Entwicklung und Stärkung allgemeiner Familienkompetenzen (u. a. auch Verbraucher-, Wohn-, Gesundheits-, Rechts- und Schuldnerberatung)
- **Therapeutische Intervention** (Familientherapie)
Ziel: Behebung bzw. Linderung dysfunktionaler Muster des Verhaltens und Erlebens auf der Persönlichkeits- und Beziehungsebene (z. B. Essstörungen, familiäre Gewalt)

Formen präventiver Intervention

Primäre Prävention

Entwicklungsoptimierung, Stärkung von Beziehungsfertigkeiten oder der Beziehungsqualität über das bestehende Maß hinaus, „unauffällige“ Familien

Sekundäre Prävention

bei potentiell krisenhaften Übergängen im Familienlebenszyklus (z.B. Übergang zur Erstelternschaft, zur Scheidungs- und Nachscheidungsphase), Verhinderung von erwartbaren Symptomen bei Risikofamilien, Vermittlung von Bewältigungsstrategien für den Fall, dass tatsächlich eine Krise eintritt

Tertiäre Prävention

Rückfallprophylaxe bei Patienten mit psychiatrischen Erkrankungen („auffällige“ Familien), durch präventive Maßnahmen den therapeutischen Effekt festigen

Universelle präventive Intervention setzt unabhängig vom Vorhandensein spezifischer Risikofaktoren einzelner Personen oder Personengruppen bei der Gesamtpopulation an (Beispiele: bundesweite Kampagnen wie „Gewaltfreie Erziehung“, „Mein Kind ist unschlagbar“, „Schau hin“).

Selektive präventive Intervention hat als Zielgruppe Personen oder Untergruppen der Bevölkerung, bei denen sich aufgrund biologischer, psychologischer oder sozialer Faktoren ein erhöhtes Risiko für das Auftreten psychischer Probleme ergibt, ohne dass bereits Störungssymptome aufgetreten sind (Beispiele: Kinder aus Scheidungsfamilien, Familien in gewaltbelasteten Wohnquartieren).

Indizierte präventive Intervention zielt auf Personen ab, die bereits deutlich erkennbare Vorboten von psychischen Störungen aufweisen, wobei jedoch das Störungsbild noch nicht voll ausgeprägt ist (Beispiele: aggressive Kinder und Jugendliche, Vernachlässigung).

Frühkindliche Bildung und Erziehung im Kontext der Familie

Bildung
Fertigkeiten
Kompetenzen
Intellektuelle
Kreativität
Normen
Computer



HALLO, LEUTE!
WAS FÜR EIN
AUTO HABEN WIR?
WO STEHT DER
FERNSEHER? WANN
KRIEG ICH EINEN
COMPUTER?



Neuronen- und Dendritenbildung im Frontalhirn

eines Neugeborenen



eines 2-jährigen Kindes



Quelle: Barnett & Barnett, 1998, S. 22

Außerfamiliäre Formen der Entwicklungsförderung ersetzen nicht die Familie als Bildungsinstanz

„Die primäre Schlussfolgerung ist, dass das Elternverhalten einen viel größeren Einfluss [im Hinblick auf die kognitive, emotionale und soziale Entwicklung der Kinder] hat als eine (außerfamiliäre) Kinderbetreuung. Dies mag Eltern dazu veranlassen, Entscheidungen zu treffen, die es ihnen ermöglichen, 'quality time' mit ihren Kindern zu verbringen.“

Quelle: NICHD Early Child Care Research Network, 2006, S.113

Wiege der Selbstwirksamkeit:

Wie Babys lernen, dass sie Ursache für selbst erzeugte Effekte sind.



Quelle: R. Siegler, J. DeLoache & N. Eisenberg, 2005, S.278

Plattform für die Erkundung der Welt:

Sichere Bindung stärkt das Explorationsbedürfnis

- Voraussetzung: elterliche Feinfühligkeit
- Wichtige Erkenntnis: Feinfühligkeit ist lernbar

Aspekte elterlicher Feinfühligkeit

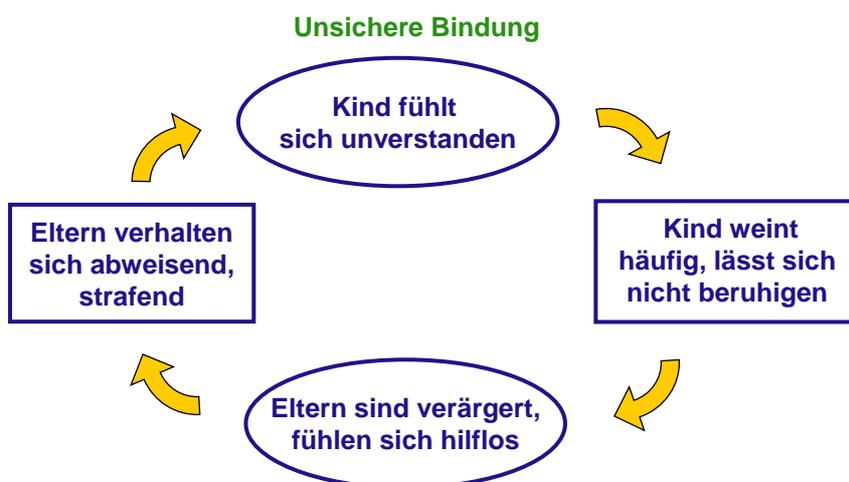
- Wahrnehmung der kindlichen Signale (offene, implizite)
- korrekte Interpretation der Signale
- prompte, unmittelbare Reaktion
- dem Alter und der Situation angemessene Reaktion

Präventionsprogramme zur Stärkung von Eltern-Kind-Beziehungen

Bindungsorientierte Programme (Auswahl)

- SAFE – Sichere Ausbildung für Eltern (Brisch, 2007)
→ Eltern von Frühgeborenen
- Videogestütztes Training für jugendliche Mütter
(Universität Ulm, Arbeitsgruppe Ziegenhain et al., 2004)
- “STEEP - Steps Toward Effective and Enjoyable Parenting” (Erikson & Egeland; deutsche Version: “Die Stärkung der Eltern-Kind-Bindung”, 2006)
- “Schritt für Schritt - Opstapje” (Arbeitsgruppe DJI, 2005)

“Teufelskreis” der Eltern-Kind-Interaktion



Ergebnisse der holländischen Interventionsstudie

1. Posttest:

Mütter: Verbesserung der **Feinfühligkeit** (responsiver, stimulierender, visuell aufmerksamer, kontrollierender)

Kinder: mehr positives Sozialverhalten, weniger negative Emotionalität gegenüber Mutter, mehr Explorationsverhalten

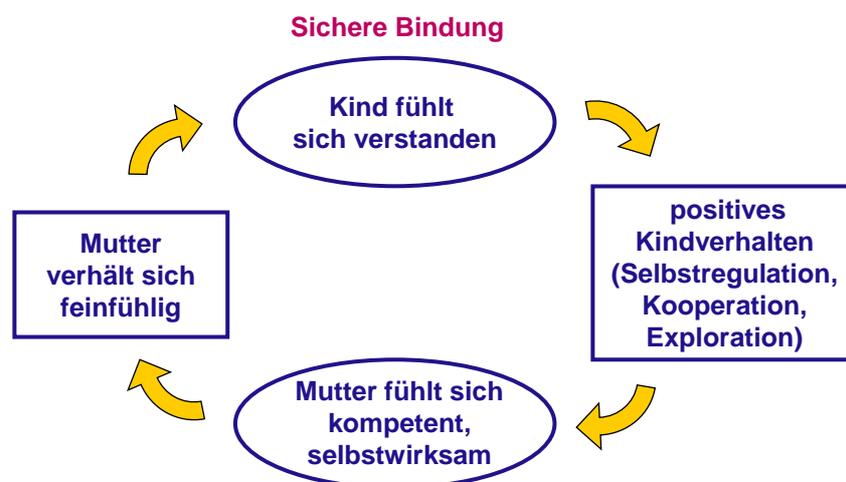
2. Posttest: Kinder der Trainingsgruppe waren eher sicher gebunden (unsicher gebunden: 78% der Kontrollgruppe, 38% der Interventionsgruppe)

Follow-Ups: langfristige Effekte auf

- **Mutter-Kind-Beziehung:** Bindung, Feinfühligkeit, Kompetenz
- **Kindverhalten:** kooperativer
- **Peerbeziehung:** kontaktfreudiger; Moderator Bindung

Quelle: van den Boom, 1994, 1995

Wirkungen des Feinfühligkeits-Trainings: "Engelskreis" der Eltern-Kind-Interaktion



Positive Beziehung und Erziehung: Die Frage nach dem Wozu

- Wertvorstellungen und Entwicklungsperspektiven
 - Die **individuelle Perspektive** (Begabungen, Interessen, selbstverantwortliche Lebensführung)
 - Die **soziale Perspektive** (Soziale Fertigkeiten, Kooperation, konstruktive Konfliktregulation)
 - Die **moralische Perspektive** (Was ist richtig und falsch, zulässig und unzulässig, fair und unfair, gerecht und ungerecht)

Konsequenz für Eltern:

Entscheidung für eine eigene werteorientierte Erziehung

Positive Beziehungs- und Erziehungskompetenzen: Die Frage nach dem Wie

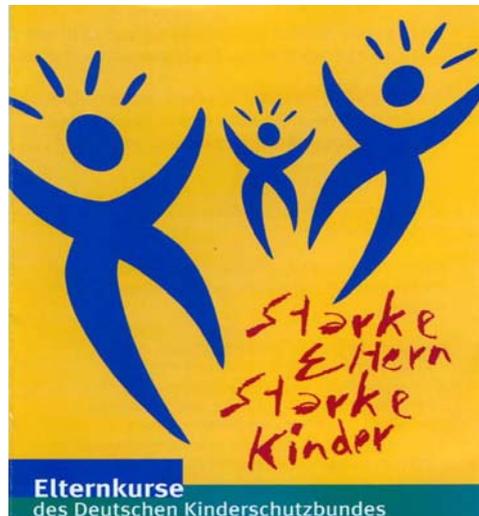
Programme zur Stärkung von Elternkompetenzen für Eltern von Kindern und Jugendlichen (Auswahl)

Personalisierte Angebote

- Starke Eltern – starke Kinder
- Triple P
- Positive Parenting of Teens

Medienbasierte Angebote

- Online Familienhandbuch
- Interaktive CD-ROMs/DVDs „Freiheit in Grenzen“



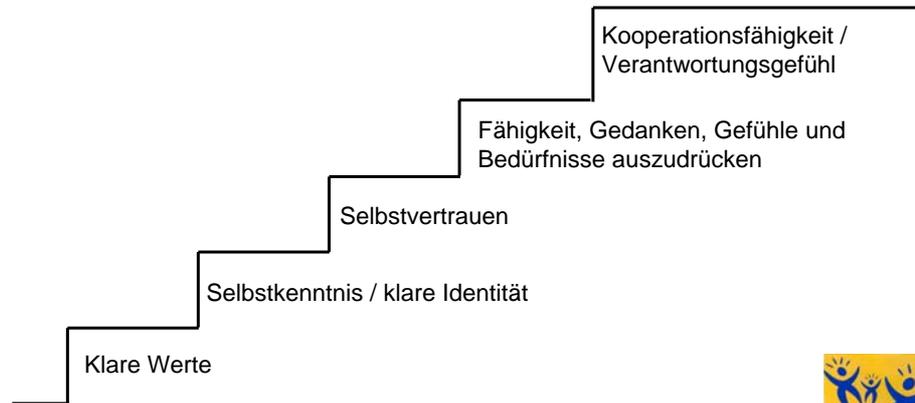
Ein Projekt des
Deutschen
Kinderschutzbundes

Elternkurs Starke Eltern – Starke Kinder

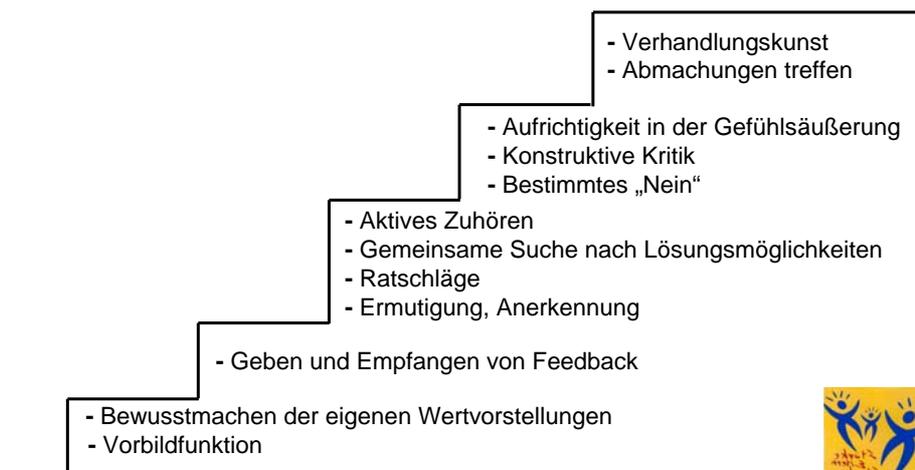
- Mit dem Elternkurs „Starke Eltern – Starke Kinder“ sollen alle Eltern angesprochen werden. Ziele sind, ihre Erziehungsfähigkeit zu stärken, sie zu stützen und den Kinderrechten in der Familie Geltung zu verschaffen.
- Vermittelt wird im Elternkurs das Modell „anleitender Erziehung“: Eltern nehmen ihre Rolle und Verantwortung als Erziehende wahr, leiten und begleiten ihre Kinder – unter Achtung der Kinderrechte.
- Dieses Modell wird in fünf aufeinander aufbauenden Stufen erklärt, erprobt und geübt:
 - Klärung der Wert- und Erziehungsvorstellungen in der Familie
 - Festigung der Identität als Erziehende
 - Stärkung des Selbstvertrauens zur Unterstützung kindlicher Entwicklung
 - Bestimmung von klaren Kommunikationsregeln in der Familie
 - Befähigung zur Problemerkennung und -lösung



Ziele des anleitenden Erziehungsmodells



Methoden des anleitenden Erziehungsmodells



Positive Parenting Program – Triple P



Triple P: Ziele

- Prävention kindlicher Verhaltensstörungen
Erkennen der Ursachen von Verhaltensproblemen
(„Eskalationsfällen“)
- Reduzierung kindlichen Problemverhaltens
Vorausplanen für schwierige Situationen
(„Überlebenstipps“)
- Prävention von Gewalt in der Familie
- Ersetzen ungünstiger Erziehungspraktiken und
Förderung der Erziehungskompetenz
(Alternativen zu bestrafendem Erziehungsverhalten)



Triple P: Inhalte des Elternkurses

Sitzung 1 „Positive Erziehung“

- Grundprinzipien positiver Erziehung
- Ursachen kindlicher Verhaltensprobleme
- Ziele für Veränderungen
- Systematische Verhaltensbeobachtung

Sitzung 2 „Förderung der kindlichen Entwicklung“

- Entwicklung positiver Beziehungen zu Kindern
- Förderung angemessenen Verhaltens
- Erlernen neuer Fertigkeiten und Verhaltensweisen

Sitzung 3 „Umgang mit Problemverhalten“

- Umgang mit Problemverhalten
- Kooperationsroutine, Routine zur Verhaltensänderung
- Punkte-Karten

Sitzung 4 „Vorausplanen“

- „Überlebensstipps“ für Familien
- Risikosituationen
- Aktivitätenpläne

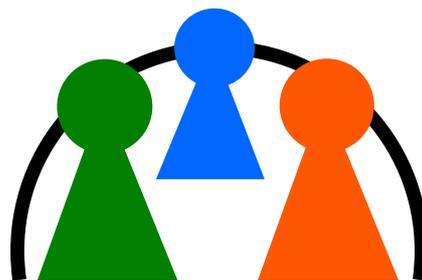
Sitzung 5-8 „Einsatz von Erziehungsroutinen“

- Individuelle Telefonkontakte



Prof. Dr. Klaus A. Schneewind, Fribourg, Prävention im Bereich Familie

31



FREIHEIT IN GRENZEN

Für Eltern von Kleinkindern im Vorschulalter

Für Eltern von Kindern zwischen 6 und 12 Jahren

Für Eltern von Jugendlichen

„Freiheit in Grenzen“ – ein mediengestütztes Präventionsprogramm

- Drei CD-ROMs für Eltern von
 - (a) drei- bis sechsjährigen Kindern
 - (b) sechs- bis zwölfjährigen Kindern
 - (c) Jugendlichen
- Jeweils fünf Erziehungsszenarien mit drei Lösungsvarianten
- Erläuterungen und Fazits zu den Lösungsvarianten
- Der „Rote Faden“: vom Verhalten zum Erziehungsstil
- Erziehungstipps: Überleben in schwierigen Situationen

Positive Beziehungs- und Erziehungskompetenzen: Noch einmal die Frage nach dem Wie

Das Prinzip „Freiheit in Grenzen“

- Elterliche Wertschätzung
- Fordern und Grenzsetzen
- Gewähren und Fördern von Eigenständigkeit

Deutsche Metaanalyse zur Evaluation von Eltern-Kind-Programmen

Auswertung von einigermaßen kontrollierten deutschen Evaluationsstudien (Beispiel: Cochrane und Campell Systematic Reviews)

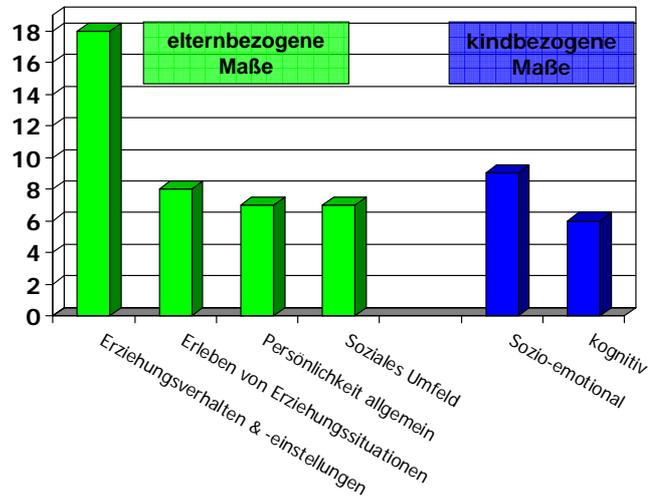
- Systematische Literaturanalyse
- Ca. 1.300 Fundstellen zur Elternbildung, Förderung der Erziehungskompetenz, positiver Erziehung, etc. (nicht speziell Gewaltprävention)
- 25 Studien mit Kontrollgruppen ohne Angebot (27 Vergleiche)
- Gesamt-Teilnehmerzahlen:
TG: $n = 1.468$
KG: $n = 1.159$

Ergebnisse einer Gewaltprävention in Familien

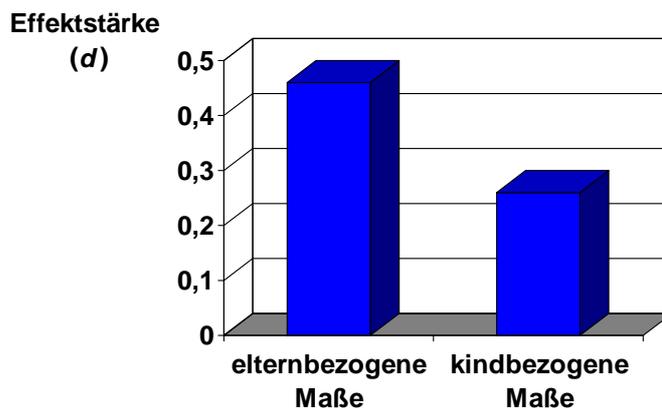
Zielgruppen

- Universelle Prävention $n = 14$
- Gezielte (selektive) Prävention $n = 11$
- Spezifische Zielgruppen
 - sozial schwache Familien ($n = 4$)
 - Allein Erziehende ($n = 3$)
 - Scheidungsfamilien ($n = 2$)
 - Familien mit Migrationshintergrund ($n = 1$)
 - Teenager- Eltern ($n = 1$)

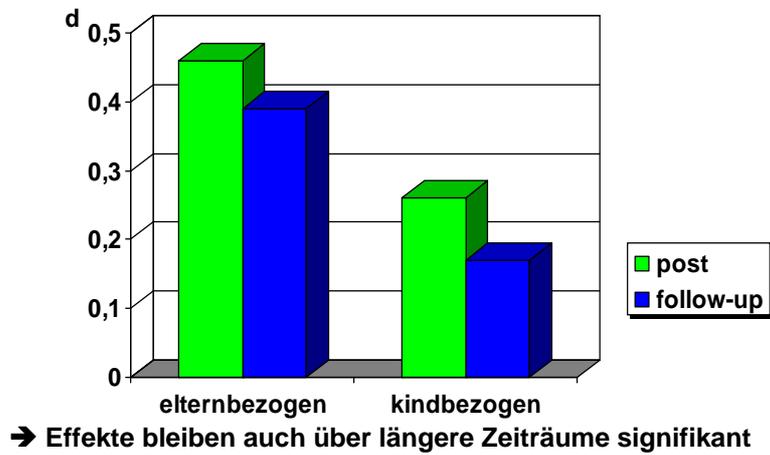
Abhängige Variablen



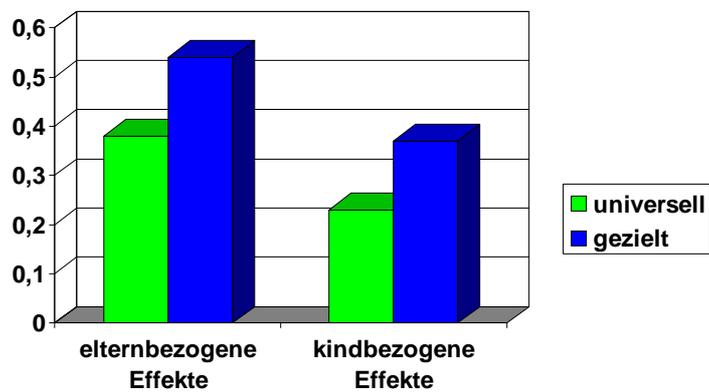
Gesamteffekte



Effekte über längere Zeiträume



Gezielte vs. universelle Prävention



Effektivität präventiver Intervention Ergebnisse einer zusammenfassenden Metaanalyse

Fundus der Studie:

665 kontrollierte Studien aus 260 Familien-
Unterstützungsprogrammen

Effektmaße: sozio-emotionale Entwicklung von Kindern, elterliche
Einstellungen, Erziehungswissen, Erziehungsverhalten

Effektstärke: im Schnitt $d = .25$

Effektstärke verdoppelt sich, wenn die

- Kindbezogenen Interventionsmaßnahmen früh beginnen
- Kindprogramme eine Komponente zur Selbstentwicklung der Eltern beinhalten
- Eltern eine Unterstützung von anderen Elterngruppen erhalten
- Durchführung der Programme in Elterngruppen erfolgt
- Programme von professionellem Personal geleitet werden

Präventive Ansätze zur Stärkung von Paarbeziehungen

Übersicht

- Merkmale zufrieden stellender Paarbeziehungen
- Konsequenzen mangelnder Partnerschaftsqualität und -stabilität
- Ausgewählte Präventionsprogramme für Paare

Konstruktive Strategien zur Aufrechterhaltung und Reparatur von Paarbeziehungen

Paare verfügen über ein breites Repertoire an Strategien zur Aufrechterhaltung ihrer Beziehung. Diese umfassen sowohl präventive als auch korrektive Strategien (zur "Reparatur" der Beziehung):

- (1) Positivität: fröhlich sein, optimistisch sein, Kritik am Partner vermeiden, bei Unterhaltungen aufmerksam und zuvorkommend sein, sich interessant darstellen, sich persönlich weiterentwickeln, körperlich attraktiv sein
- (2) Offene Kommunikation: sich öffnen, direkt und offen über die Beziehung sprechen, Gefühle mitteilen
- (3) Zuneigung: Liebe bekunden, Treue beweisen, zärtlich sein, sexuell intim sein, Verhaltensweisen hervorheben, die auf eine gemeinsame Zukunft hinweisen, dem anderen eine Freude machen, einen Gefallen tun, Briefe schreiben, anrufen, Geschenke machen
- (4) Gemeinsame Aktivitäten/Kontakt: Zeit gemeinsam verbringen, Rituale pflegen, den Partner an den eigenen Aktivitäten beteiligen, sich an den Aktivitäten des Partners beteiligen
- (5) Netzwerke: Zeit gemeinsam mit Freunden und Familienangehörigen verbringen, die die Beziehung unterstützen
- (6) Aufgabenteilung: Haushaltsverantwortlichkeiten fair teilen, Haushaltspflichten zuverlässig nachkommen

Konsequenzen mangelnder Partnerschaftsqualität und -stabilität für Kinder

- Niedrige Beziehungsqualität der Eltern → aktuelle und zukünftige Anpassungsprobleme der Kinder, internalisierende und externalisierende Verhaltensstörungen
- Unglückliche Elternbeziehung → große physiologische Reaktivität der Herzrate, erhöhte Produktion von Stresshormonen
- Scheidungsfamilien → höhere Raten von Verhaltensstörungen (z.B. schulische Probleme, Disziplinierungsprobleme, Beziehungsprobleme mit Gleichaltrigen, Gesundheitsprobleme)
- Erwachsene Kinder geschiedener Eltern → geringere psychische Gesundheit, geringere Beziehungsqualität in eigener Partnerschaft
- Erwachsene Kinder geschiedener Eltern → erhöhte Wahrscheinlichkeit für Trennung und Scheidung

Aspekte und Varianten interparentaler Konflikte (1)

- **Häufigkeit**
- **Intensität**
- **Inhalte** (kindbezogen, nicht kindbezogen)
- **Offener Konfliktstil** (z.B. Streitlust, Verachtung, Lächerlichmachen, Schreien, Schimpfen, Drohen, Ohrfeigen, Prügeln)
- **Verdeckter Konfliktstil**
 - Triangulation der Kinder (z.B. Kind auf eigene Seite ziehen, Kind als Sündenbock, Kind als „Briefträger“, Abwertung des anderen Elternteils)
 - Global verdecktes Verhalten (z.B. Verstimmung, Unmut, unausgesprochene Spannungen)

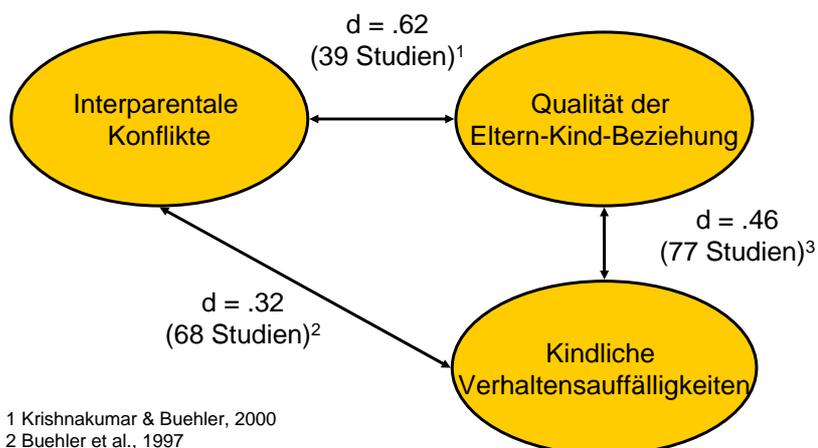
Aspekte und Varianten interparentaler Konflikte (2)

- **Vermeidender Konfliktstil**
 - (z.B. Verneinung von Differenzen, abstraktes Reden über Konfliktthemen, Humor als Ablenkungsmanöver, Vorschützen wichtiger anderer Beschäftigungen)
- **Rückzug als Konfliktstil**
 - (z.B. sich in Schweigen hüllen, aus dem Felde gehen, Zuhören verweigern)
- **Kooperativer Konfliktstil**
 - (z.B. Zuhören, Überlegen, Aushandeln, Kompromisse schließen, Kinder außen vor lassen)

Untersuchte Aspekte von Eltern-Kind-Beziehungen im Zusammenhang mit interparentalen Konflikten LMU

- **Elterliche Feindseligkeit**
(z.B. Abwerten, Anschreien, Drohen, Ohrfeigen, Prügeln, Stoßen)
- **Lasche Kontrolle**
(z.B. inkonsistent, unstrukturiert, unklare Grenzen, unfähig Grenzen zu setzen, mangelnde Überwachung kindlicher Aktivitäten)
- **Reduzierte Unterstützung und Akzeptanz**
(z.B. distanziert, uninteressiert, emotional unzugänglich)
- **Globale Qualität des Elternverhaltens**
(geringe Akzeptanz und hohe Feindseligkeit)

Befunde meta-analytischer Studien zu den Beziehungen zwischen interparentalen Konflikten, Qualität der Eltern-Kind-Beziehung und kindlichen Verhaltensauffälligkeiten LMU



Präventionsprogramme zur Stärkung von Paarbeziehungen

Präventionsprogramme für Paare: Überblick

- EPL & APL:** Ein Partnerschaftliches Lernprogramm & Auffrischprogramm
Zielgruppe: junge Paare mit kurzer Beziehungsdauer
(Thurmaier, Engl & Hahlweg, 1995)
- KEK:** Konstruktive Ehe und Kommunikation
Zielgruppe: Paare mit längerer Beziehungsdauer
(Engl & Thurmaier, 2001)
- KOMKOM:** KOMmunikationsKOMpetenz. Training in der Paarberatung
Zielgruppe: Paare mit manifesten Beziehungsproblemen, z.B. Gewöhnungs- und Anpassungsproblemen, chronifizierten Interaktionsproblemen.
(Engl & Thurmaier, 2003)
- FSPT:** Freiburger Stresspräventionstraining für Paare
Zielgruppe: Paare mit kurzer und längerer Beziehungsdauer. Paare in spezifischen oder akuten Stresssituationen.
(Bodenmann, 2000)

EPL (Ein Partnerschaftliches Lernprogramm): Programmaufbau

LMU

Einheit 1: Sprecher- und Zuhörerfertigkeiten

Einheit 2: Äußern negativer Gefühle

Einheit 3: Probleme lösen

Einheit 4: Erwartungen an die Partnerschaft

Einheit 5: Sexualität

Einheit 6: Christlich gelebte Ehe/Freie Themen

LEBEN HEUTE

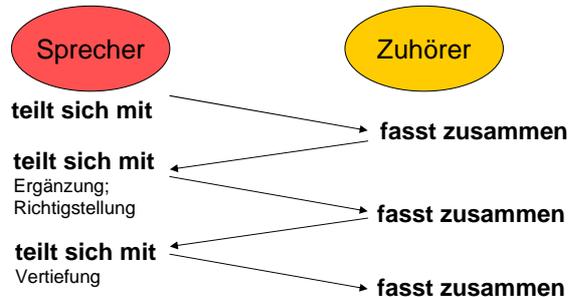


Sie:
„Unterbrich
mich gefälligst
nicht, wenn
ich versuche,
mit dir zu
diskutieren!“

LMU

Kontrollierter Dialog

Technik, die sicherstellen soll, dass der Zuhörer versteht, was der Sprecher meint, um zu verhindern, dass man aneinander vorbeiredet (bei entscheidenden Gesprächen sinnvoll).



Lernziele:

Der **Zuhörer** lernt, aufmerksam zuzuhören, anstatt sich bereits eine Antwort zu überlegen, und auf das tatsächlich Gesagte einzugehen, statt den Sprecher gleich zu interpretieren.

Der **Sprecher** lernt, seine Gedanken zu organisieren, sich genau auszudrücken und die Auffassungskapazität des Zuhörers zu berücksichtigen.

Freiburger Stresspräventionsprogramm (FSPT): LMU Programmaufbau

Einheit 1: Einführung in das Thema Stress

Einheit 2: Optimierung des individuellen Umgangs mit Stress

Einheit 3: Optimierung der Stressbewältigung als Paar

Einheit 4: Verbesserung der Kommunikation in der Partnerschaft

Einheit 5: Grenzen und Gerechtigkeit / Fairness in der Partnerschaft

Einheit 6: Effektive Problemlösung zur Stressreduktion

Fazit

- Die Familie ist die primäre Bildungs- und Erziehungsinstanz
- Universelle Prävention ist eine wichtige Ressource zur Stärkung von Eltern-Kind- und Paarbeziehungen
- Wie lassen sich diese Erkenntnisse auf möglichst breiter Basis umsetzen?

**Viel Spaß und Erfolg
bei Ihrer Arbeit fürs
Seminar und im
Seminar**

