



Petermann

**THERAPIE-TOOLS**



# Eltern- und Familienarbeit

2. Auflage

---

---

---



E-Book inside +  
Arbeitsmaterial

---

**BELTZ**

Petermann

**Therapie-Tools**

**Eltern- und Familienarbeit**



Franz Petermann

# **Therapie-Tools**

# **Eltern- und Familienarbeit**

2., überarbeitete und erweiterte Auflage

Mit E-Book inside und Arbeitsmaterial

**BELTZ**

Prof. Dr. Franz Petermann

Das Werk einschließlich aller seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung ist ohne Zustimmung des Verlags unzulässig. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronische Systeme.



Dieses Buch ist erhältlich als:

ISBN 978-3-621-28769-2 Print

ISBN 978-3-621-28770-8 E-Book (PDF)

2., überarbeitete und erweiterte Auflage 2020

© 2020 Programm PVU Psychologie Verlags Union  
in der Verlagsgruppe Beltz • Weinheim Basel  
Werderstraße 10, 69469 Weinheim

Alle Rechte vorbehalten

Lektorat: Andrea Glomb

Herstellung: Lelia Rehm

Satz: Markus Schmitz, Altenberge

Illustrationen: Claudia Styrsky, München

Gesamtherstellung: Beltz Bad Langensalza GmbH, Bad Langensalza

Printed in Germany

Weitere Informationen zu unseren Autor\_innen und Titeln finden Sie unter: [www.beltz.de](http://www.beltz.de)

# Inhalt

Verzeichnis der Arbeits- und Informationsblätter	6
Vorwort	10
Einführung	11
<b>1 Familiendiagnostik</b>	15
<b>2 Gesprächsführung mit Eltern und Familien</b>	25
<b>3 Psychoedukation</b>	37
<b>4 Erziehungskompetenz der Eltern</b>	53
<b>5 Jugendliche und ihre Familien</b>	70
<b>6 Neue Medien, Kinder und Familien</b>	79
<b>7 Familienwünsche und Familienstress</b>	91
<b>8 Familienregeln und Familienrituale</b>	109
<b>9 Familie und Gefühle</b>	122
<b>10 Verbesserung des familiären Zusammenhalts</b>	141
<b>11 Besonderheiten bei spezifischen Problemen</b>	156
<b>12 Ressourcen in Familien und Selbstfürsorge der Eltern</b>	170
<b>13 Familiennetzwerke und soziale Unterstützung</b>	181
<b>14 Familienbelastungen durch Krankheiten</b>	188
<b>15 Qualitätssicherung in der Eltern- und Familienarbeit</b>	193
Literatur	201

# Verzeichnis der Arbeits- und Informationsblätter

## 1 Familiendiagnostik

<b>INFO 1</b>	Leitfaden für die biografische Anamnese	17
<b>INFO 2</b>	Inhalte des Elterngesprächs zur Diagnosestellung	18
<b>INFO 3</b>	Therapieziele mit der SMART-Analyse formulieren	19
<b>AB 1</b>	Verhaltenstagebuch	20
<b>AB 2</b>	Problem-Protokoll	21
<b>AB 3</b>	Stärken-Protokoll	22
<b>INFO 4</b>	Checkliste: Familiäre Belastungen und Krisen	23
<b>AB 4</b>	Unsere Absprache von heute	24

## 2 Gesprächsführung mit Eltern und Familien

<b>INFO 5</b>	Grundhaltungen im Gespräch mit Familien	27
<b>INFO 6</b>	Umgang mit kritischen Situationen	28
<b>INFO 7</b>	Problemgespräche mit Familien strukturieren	29
<b>AB 5</b>	Erfragen von Ressourcen	31
<b>INFO 8</b>	Arbeiten mit lebensnahen Bildern zur Konfliktverdeutlichung	34
<b>AB 6</b>	Protokoll: Telefongespräche zwischen den Sitzungen	35

## 3 Psychoedukation

<b>AB 7</b>	Voraussetzungen für psychische Ausgeglichenheit beim Kind	39
<b>INFO 9</b>	Umgang mit dysfunktionalen Annahmen über psychische Störungen	40
<b>INFO 10</b>	Bausteine der Psychoedukation	41
<b>AB 8</b>	Sammlung wichtiger Faktoren zur Entstehung der psychischen Auffälligkeit	42
<b>AB 9</b>	Entstehung des Problemverhaltens	43
<b>INFO 11</b>	Verhaltensalternativen bei Vermeidungsverhalten	44
<b>INFO 12</b>	Verhaltensalternativen bei oppositionellem Verhalten	45
<b>AB 10</b>	Verhaltensalternativen bei individuellen Problemstellungen	46
<b>AB 11</b>	Wann überlasse ich meinem Kind die Entscheidung?	47
<b>AB 12</b>	Schule: Wer ist verantwortlich?	49
<b>INFO 13</b>	Wie entwickelt mein Kind ein gesundes selbstständiges Verhalten?	52

## 4 Erziehungskompetenz der Eltern

<b>INFO 14</b>	Wann gelingt Beziehung?	56
<b>AB 13</b>	Wo bin ich Vorbild für mein Kind?	57
<b>INFO 15</b>	Überforderung und angemessene Forderungen	59
<b>INFO 16</b>	Anweisungen im Alltag: wie Erziehung klappt!	60
<b>INFO 17</b>	Zu hart oder zu weich? So verhalte ich mich richtig!	61
<b>AB 14</b>	Im Dialog mit dem Kind: Anweisungen kurz und klar	62
<b>AB 15</b>	Sich Mühe geben: Anstrengungsbereitschaft und Anstrengungsvermeidung	64
<b>AB 16</b>	Kindererziehung: Alles eine Sache der Geduld?	66
<b>AB 17</b>	Kein Mensch ist ohne Fehler!	68

## 5 Jugendliche und ihre Familien

AB 18	Unsere Grenzen als Eltern	73
AB 19	Warum schwänzt mein Kind die Schule?	75
INFO 18	Warum verletzt sich mein Kind selbst?	76
INFO 19	Nichtsuizidales selbstverletzendes Verhalten	77

## 6 Neue Medien, Kinder und Familien

INFO 20	Was sind digitale Medien?	81
INFO 21	Ab welchem Alter sind welche Medien geeignet?	82
INFO 22	Digitale Medien: Begriffserklärungen	83
INFO 23	Was muss ich beachten, wenn mein Kind digitale Medien nutzt?	84
INFO 24	Tipps für Eltern zum Umgang mit Medien	85
INFO 25	Welche Websites helfen mir und meinem Kind, mit dem Internet sicher umzugehen?	86
INFO 26	Mobbing im Internet – Cybermobbing	87
INFO 27	Handlungsmöglichkeiten bei Cybermobbing	88
AB 20	Aufforderung auf Unterlassung des Cybermobbings (Schüler/Eltern)	89

## 7 Familienwünsche und Familienstress

AB 21	Familienwünsche: auf was man verzichten kann!	93
AB 22	Familienwünsche: was zum Leben gehört!	95
AB 23	Familienstammbuch: Wünsche fürs Leben	97
INFO 28	Weitergabe von Wünschen in Familien	99
AB 24	Pflichten in der Familie: Erledigen von Hausarbeiten	100
AB 25	Belastungen in meiner Familie	102
AB 26	Unsere Stressmacher in der Familie	103
AB 27	Liste der Stresskiller	104
AB 28	Unsere Stresskiller in der Familie	106
AB 29	Energiediebe oder Energiespender	107
INFO 29	Energiespender	108

## 8 Familienregeln und Familienrituale

AB 30	Unsere Familienregeln 1	111
AB 31	Unsere Familienregeln 2	113
INFO 30	Unsere Familienregeln 3	114
INFO 31	Das Miteinander in der Familie	115
AB 32	Familienrituale	116
INFO 32	Rituale geben Sicherheit	118
INFO 33	Was sollte vor der Einführung eines neuen Familienrituals beachtet werden?	119
AB 33	Checkliste: Ritual	120
AB 34	Regeln und Rituale in der Familie	121

## 9 Familie und Gefühle

AB 35	Geduldsproben in Familien	124
AB 36	Der Familienausflug	125
AB 37	Ich bewundere deine Stärke!	127
AB 38	Die gelungene Familienfeier	129



<b>AB 39</b>	Emotionsmanagement für Eltern	131
<b>AB 40</b>	Mein Kind und die Zukunft!	133
<b>AB 41</b>	Verwöhnen und verwöhnen lassen	134
<b>AB 42</b>	Was stört mich an meinem Kind?	135
<b>AB 43</b>	Was mir und anderen an meinem Kind gut gefällt!	137
<b>INFO 34</b>	Die Eltern-Kind-Beziehung festigen	139
<b>INFO 35</b>	Schuldgefühle Kindern gegenüber machen blind	140

## **10 Verbesserung des familiären Zusammenhalts**

<b>AB 44</b>	Gespräche in der Familie – WER sollte mit WEM sprechen?	143
<b>INFO 36</b>	Gespräche in der Familie – WANN wird WAS besprochen?	144
<b>AB 45</b>	Gespräche in der Familie – WAS wird besprochen?	145
<b>INFO 37</b>	Gespräche in der Familie – WIE wird gesprochen?	147
<b>AB 46</b>	Geschwister in der Familie	148
<b>INFO 38</b>	Geschwisterbeziehungen stärken	150
<b>AB 47</b>	Verbessern der Eltern-Kind-Beziehung	151
<b>AB 48</b>	Stärkung des familiären Zusammenhalts	152
<b>INFO 39</b>	Familienaktivitäten positiv erleben	154
<b>AB 49</b>	Protokoll für Familienaktivitäten	155

## **11 Besonderheiten bei spezifischen Problemen**

<b>AB 50</b>	Umgang mit den eigenen Ängsten um das Kind	159
<b>INFO 40</b>	Wie tragen Eltern zur Entstehung von Ängsten bei ihren Kindern bei?	160
<b>INFO 41</b>	Mit Kindern Ängste gemeinsam überwinden	162
<b>INFO 42</b>	Typische Erziehungsfehler bei Kinderängsten	163
<b>INFO 43</b>	Die Angstspirale am Beispiel der Schulvermeidung	164
<b>INFO 44</b>	Umgang mit temperamentvollen Familien	165
<b>INFO 45</b>	Anleitung zu einer Übung, Konflikte auszutragen	166
<b>AB 51</b>	Wie gehen wir mit Konflikten um?	167
<b>INFO 46</b>	Was bedeuten meine Belastungen für mein Kind?	168

## **12 Ressourcen in Familien und Selbstfürsorge der Eltern**

<b>AB 52</b>	Was schützt unsere Familie?	172
<b>AB 53</b>	Hilfe annehmen kann schwer sein	174
<b>AB 54</b>	Das Leben im Rückspiegel	175
<b>INFO 47</b>	Lebensbilanzen als Ressourcen	178
<b>AB 55</b>	Elterliche Selbstfürsorge	179

## **13 Familiennetzwerke und soziale Unterstützung**

<b>AB 56</b>	Familiennetzwerk 1 – Wo hole ich mir Hilfe?	183
<b>AB 57</b>	Familiennetzwerk 2 – Wo hole ich mir Hilfe?	184
<b>AB 58</b>	Elternhaus und Schule	185
<b>AB 59</b>	Mein Kind und seine Freunde	186
<b>AB 60</b>	Familiengeheimnisse	187

## **14 Familienbelastungen durch Krankheiten**

<b>AB 61</b>	Familie und Krankheit	189
<b>INFO 48</b>	Belastungen von Kindern psychisch kranker Eltern	191
<b>INFO 49</b>	Hilfen für psychisch kranke Eltern und ihre Kinder	192

## **15 Qualitätssicherung in der Eltern- und Familienarbeit**

<b>AB 62</b>	Checkliste: Mitarbeit der Eltern	194
<b>AB 63</b>	Checkliste: Beurteilung der Therapiesitzung	197
<b>AB 64</b>	Checkliste: Beurteilung der Gesprächsführung	199

# Vorwort

Vor einigen Jahren veröffentlichten wir in dieser Buchreihe unsere Therapie-Tools *Kinder- und Jugendlichenpsychotherapie*, die erfreulicherweise eine sehr große Verbreitung gefunden haben. In dieser Hinsicht ist das vorliegende Therapie-Tools-Buch die konsequente Ergänzung dieser Veröffentlichung.

In 15 Kapiteln und über 100 Arbeits- und Informationsblättern habe ich wichtige Materialien zusammengestellt, die aktuelle Themen der Eltern- und Familienarbeit betreffen. Die Zusammenstellung der Arbeitsblätter stützt sich dabei sowohl auf die verhaltenstherapeutische Tradition unserer Arbeitsweise als auch auf bewährte Ansätze, die sich einer systemischen Richtung verpflichtet fühlen. Selbstverständlich können die ausgewählten Materialien auch in einem eher pädagogischen oder präventiven Kontext gewinnbringend zum Einsatz kommen. Eltern- und Familienarbeit ist von ihrer Tradition verschiedenen Disziplinen zuzuordnen: der Kinder- und Jugendhilfe, der Kinder- und Jugendpsychiatrie, der Klinischen Kinderpsychologie und der Sonderpädagogik. Ebenso haben die Ansätze zur Förderung der Erziehungskompetenz, wie sie zum Beispiel durch *Triple P* weltweit populär gemacht wurden, auch die Eltern- und Familienarbeit der letzten beiden Jahrzehnte geprägt.

Die Fertigstellung der vorliegenden Materialsammlung wurde von einigen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern des Zentrums für Klinische Psychologie und Rehabilitation der Universität Bremen unterstützt; es waren vor allem Dr. Thorsten Macha für den Bereich »Erziehungsverhalten«, Dr. Dennis Nitkowski für das Thema »Selbstverletzendes Verhalten«, Dr. Franziska Ulrich für das Thema »Angstfamilie«, M. Sc. Klin. Psych. Ira-Katharina Peter für die Bereiche »Medien« und »Cybermobbing« und M. Sc. Klin. Psych. Rieke Petersen für die Bereiche »Verhaltensanalyse« und »Familienrituale«.

Die vorliegende zweite Auflage war in relativ kurzer Zeit nötig, da die Systemische Therapie seit Ende 2018 als Richtlinienverfahren zur psychotherapeutischen Behandlung anerkannt wurde. Vor diesem Hintergrund wurden Arbeitsmaterialien zur familiären Kommunikation und zum familiären Zusammenhalt neu erstellt. Insgesamt wurde Kapitel 10 mit zehn Arbeits- und Informationsblättern ergänzt. Die Kapitel 2 bis 4, 9 und 11 wurden erweitert. Diese Auflage wurde in enger Zusammenarbeit mit unserer Ambulanzleitung des Ausbildungsinstituts für Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeuten/-innen, Frau Rieke Petersen, erarbeitet. Das außergewöhnliche Engagement von Frau Petersen half mir sehr dabei, diese neue Auflage in relativ kurzer Zeit zu realisieren. Rieke Petersen gilt mein besonderer Dank! Das Bildmaterial zu diesem Buch erstellte in bewährter Weise Frau Claudia Styrsky (München).

Der Beltz-Verlag unterstützte diese Publikation großzügig. Dem Lektorat des Verlages, vor allem Frau Dipl.-Psych. Karin Ohms, danke ich für Jahrzehnte der Zusammenarbeit und Frau Andrea Glomb, M. A., für die aktuelle, engagierte Lektoratsarbeit. Und zum Schluss danke ich meiner Frau Ulrike Petermann für das partnerschaftliche Coaching in allen Phasen der Manuskripterstellung.

Bremen, im Juni 2019

*Franz Petermann*

# Einführung

Ansätze und Methoden der Eltern- und Familienarbeit bilden einen festen Bestandteil jeder Kinderpsychotherapie. Die Formen, der zeitliche Umfang und die Arbeitsweise im Detail unterscheiden sich in der Praxis. Oftmals entscheidet auch die Finanzierungsform (Krankenkasse versus Kinder- und Jugendhilfe), wie sich die Ziele und Möglichkeiten einer Eltern- und Familienarbeit konkret ausgestalten. In manchen Fällen, besonders bei sehr jungen Kindern oder in der eher präventiv orientierten Arbeit, beschränkt man sich auf eine auf kurze Dauer angelegte Elternberatung. Steht die Förderung der Erziehungskompetenz der Eltern im Mittelpunkt, dann kann Elternberatung (Elterncoaching) auch in Gruppen (= Elterngruppentrainings) angeboten werden. Oftmals sind – auf den zweiten Blick – die Ziele dieser sehr unterschiedlichen Angebote doch ähnlicher, als man zunächst vermuten würde.

## Inhalte des Tools-Buches




Mit der Materialsammlung in diesem Tools-Buch wollte ich möglichst viele Varianten der praktischen Arbeit mit Eltern und Familien einbeziehen. So wurden die verschiedenen Altersgruppen (Kinder, Jugendliche) ebenso berücksichtigt wie die Abfolge wichtiger Schritte im therapeutischen Prozess, von der Familiendiagnostik angefangen bis zum Einsatz von Materialien zur Qualitätssicherung, die sowohl der Selbstevaluation als auch einer globalen Effektprüfung dienen.

### Inhalte des Tools-Buches

- (1) Familiendiagnostik
- (2) Gesprächsführung mit Eltern und Familien
- (3) Psychoedukation
- (4) Erziehungskompetenz der Eltern
- (5) Jugendliche und ihre Familien
- (6) Neue Medien, Kinder und Familien
- (7) Familienwünsche und Familienstress
- (8) Familienregeln und Familienrituale
- (9) Familie und Gefühle
- (10) Verbesserung des familiären Zusammenhalts
- (11) Besonderheiten bei spezifischen Problemen
- (12) Ressourcen in Familien und Selbstfürsorge der Eltern
- (13) Familiennetzwerke und soziale Unterstützung
- (14) Familienbelastungen durch Krankheiten
- (15) Qualitätssicherung in der Eltern- und Familienarbeit

Die in der Übersicht zusammengestellten 15 Inhaltsbereiche des Buches umfassen sehr unterschiedliche Methoden, die aus verschiedenen therapeutischen Richtungen kommen und vielfältig einsetzbar sind. Von großer Bedeutung ist, die Einstellungen von Eltern und deren Kindern im Therapieprozess anhand von strukturierten Gesprächsangeboten und Arbeitsmaterialien herauszuarbeiten. Oftmals stehen auch ungünstige emotionale Prozesse (Angst, Schuldgefühle etc.) oder die allgemeine familiäre Stressbelastung einer Problembearbeitung und Ressourcenaktivierung im Wege. Aus diesem Grund setzen viele Arbeitsmaterialien an der Bewusstmachung emotionaler und stressbedingter Belastungen an. Die Eltern und Familien können dann unter Anleitung der Therapeuten die jeweiligen Verhaltenszusammenhänge erarbeiten und in einem weiteren Schritt neues Verhalten im Familienalltag erproben.

**Gestaltung und Einsatz der Tools.** Um sich in den Arbeitsblättern schneller zurechtzufinden, sind alle mit verschiedenen Icons versehen. Anhand dieser können Sie sofort erfassen, für wen das vorliegende Arbeitsblatt gedacht ist und wie die Handhabung erfolgen sollte. Folgende Icons werden Ihnen auf den Arbeitsblättern begegnen:

- T** **Therapeut/in:** Dieses Icon verdeutlicht, dass das Arbeitsblatt von den Therapeuten selbst verwendet werden soll.
- E** **Eltern:** Mit diesem Icon ausgezeichnete Arbeitsblätter werden den Eltern zur Bearbeitung ausgehändigt. Häufig sollen beide Elternteile (unabhängig voneinander) die Arbeitsblätter bearbeiten und Lösungen für sich und die Familie finden.
- F** **Familie:** Mit diesem Icon gekennzeichnete Arbeitsblätter sollen von der Familie insgesamt bearbeitet werden.
-  **Ran an den Stift:** Dieses Icon fordert dazu auf, einen Stift in die Hand zu nehmen und sich Antworten bzw. Überlegungen auf dem Arbeitsblatt zu notieren.
-  **Hier passiert was:** An diesen Stellen werden Handlungsanweisungen gegeben.
-  **Ganz Ohr:** Dieses Icon signalisiert, dass der Therapeut den Patienten die Fragen des jeweiligen Arbeitsblattes vorliest und deren Antworten notiert.

Beim Durcharbeiten des Tools-Buches werden Sie merken, dass sehr viele Arbeitsblätter nur für die Eltern vorgesehen sind; eine beachtliche, jedoch etwas geringere Anzahl der Arbeitsblätter kann sowohl von den Eltern als auch von der Familie gemeinsam (unter Anwesenheit des Therapeuten) bearbeitet werden. Bitte betrachten Sie diese Empfehlung, die jeweils zu Beginn des Arbeitsblattes am äußeren Rand vermerkt ist, als Hinweis, der als Vorschlag für die Rahmenbedingungen der praktischen Arbeit aufzufassen ist. Gerade bei älteren Kindern (ab ca. 11 Jahren) ist es denkbar, fast alle Arbeitsblätter in einer Familiensitzung zu bearbeiten; dies erscheint selbst dann sinnvoll, wenn zunächst im zeitlichen Ablauf der Sitzung nur die Eltern oder nur ein Elternteil um eine Einschätzung gebeten wird. Die auf diese Weise erzielten Ergebnisse können dann mit der Familie insgesamt diskutiert und vertieft werden.

### Zur Begriffswahl »Beratung« oder »Therapie«

In der Regel werden die Interventionsvorschläge in diesem Tools-Buch als »Eltern- und Familienarbeit« bezeichnet. Ich verzichte auf die Begriffe »Berater/Beraterin«, da sie keine klar definierte Berufsgruppe kennzeichnen und als Titel nicht geschützt sind (im Gegensatz zu »Ärztlicher Psychotherapeut« oder »Psychologische Psychotherapeutin«). Aus diesem Grund habe ich in erster Linie den allgemeinen Begriff »Eltern- und Familienarbeit« gewählt, da die Materialien bewusst so gestaltet wurden, dass sie in sehr unterschiedlichen Kontexten und von verschiedenen Berufsgruppen angewandt werden können. Einige Materialien (Arbeitsblätter) könnte man sicherlich auch im Rahmen von Elterngruppentrainings einsetzen. Die Arbeit in Elterngruppen kann sowohl in präventiver als auch therapeutischer Hinsicht als wertvoll und wirksam bezeichnet werden.

Ich empfehle für die »Familienarbeit«, vor allem wenn dieses Angebot als Hausbesuch realisiert wird, die Anwesenheit zweier Therapeuten. Als unverbindliche Empfehlung gebe ich den Anwendern/Anwenderinnen auf den Weg, Familiensitzungen im Rahmen der Kinderpsychotherapie zu zweit durchzuführen. Elterngruppentrainings müssen immer zu zweit realisiert werden.

**Setting.** Abschließend noch ein Hinweis zum Setting der Eltern- und Familienarbeit. In der Regel wird das Angebot in einer Ambulanz, einer Klinik oder einer Einrichtung der Kinder- und Jugendhilfe durchgeführt. Dennoch sollte unser Wunsch aus den 1970er-Jahren, den wir im Rahmen unseres Therapieprogrammes *Training mit aggressiven Kindern* (Petermann & Petermann, 1978, aktuelle Auflage 2012) propagierten, nämlich einen besonderen Zugang zu Familien durch Hausbesuche zu gestalten, nicht in Vergessenheit geraten. In manchen Bereichen (z. B. der tagesklinischen Arbeit) kann ein solches Hausbesuch-Angebot angemessen sein (vgl. Büttner, 2013).

## Zum Störungsverständnis in der Eltern- und Familienarbeit

Da wir bereits vor einigen Jahren in der Tools-Buch-Reihe eine Materialsammlung zur Kinder- und Jugendlichenpsychotherapie vorlegten (vgl. Petermann & Petermann, 2018), klammere ich im vorliegenden Buch einige Materialien aus, die in genannter Publikation bereits veröffentlicht wurden. Dort sind viele Materialien zur Kinderpsychotherapie und auch der begleitenden Elternarbeit abgedruckt (z. B. Elternarbeit bei aggressiven Kindern, Materialien zur Interaktionsanalyse, Familienrat).

Der Verzicht auf kindbezogene Materialien im vorliegenden Buch soll jedoch nicht in der Weise interpretiert werden, dass eine Kinderpsychotherapie durch Eltern- und Familienarbeit ersetzt werden kann. Die Ansätze sind unverändert aktuell und vielfach muss man, vor allem wenn es um die Behandlung von Jugendlichen ab 15 Jahren geht (vgl. Petermann & Petermann, 2017), auf die Eltern- und Familienarbeit weitgehend verzichten.

Die Behandlung einiger psychischer Störungen, vor allem solche, die man als Interaktionsstörungen definieren könnte (vgl. Kasten), profitiert von einer materialiengestützten Eltern- und Familienarbeit immens. So ist die auf die Familie beschränkte Störung des Sozialverhaltens, in der harsche Disziplinierungsmaßnahmen transgenerational entscheidend vermittelt werden (vgl. Conger et al., 2012; Neppl et al., 2009; Stadler et al., 2013), eher durch eine strukturierte Eltern- und Familienarbeit erfolgreich zu verändern als durch eine Kinderpsychotherapie. Auch Methoden des Elterntrainings, vor allem bezogen auf das Vorschul- und Grundschulalter, zeigen bei externalisierenden Verhaltensstörungen meistens gute Erfolge.

## Interaktionsstörungen als Argument für eine familienorientierte Sichtweise

Nach Schmidt (2013) lassen sich eine größere Anzahl psychischer Auffälligkeiten von Kindern und Jugendlichen als Interaktionsstörung begreifen.

### Beispiele für Interaktionsstörungen (modifiziert nach Schmidt, 2013, S. 500)

- ▶ Fütterstörungen
- ▶ induzierte Schlafstörungen
- ▶ reaktive Bindungsstörungen im Kindesalter
- ▶ emotionale Vernachlässigung und Misshandlung
- ▶ Geschwisterrivalität
- ▶ Störung mit Trennungsangst
- ▶ sexuelle Misshandlung
- ▶ Scheidungsfolgenkonflikt-Syndrom
- ▶ schulbezogene Angststörung (angstmotivierte Schulverweigerung)
- ▶ auf die Familie beschränkte Störung des Sozialverhaltens

Ein wesentliches Merkmal einer Interaktionsstörung ergibt sich aus der Tatsache, dass solche Auffälligkeiten, Probleme oder Störungen nur lösbar erscheinen, wenn man alle Beteiligten in die Veränderungsbemühungen mit einbezieht, die für die Bearbeitung der Probleme und Störungen nötig sind. Immer wird es dabei darum gehen, die zwischenmenschlichen Beziehungen und familiären Interaktionsformen zu verändern.

## Die Familie als System

Bei der Nutzung der Materialien dieses Tools-Buches sollte berücksichtigt werden, dass die Elternarbeit nicht abgekoppelt von der Arbeit mit dem Kind betrachtet wird, sondern dass beide Bereiche eng miteinander verknüpft werden. Viele Materialien können sowohl allein mit den Eltern als auch gemeinsam mit Eltern und Kind bearbeitet werden. Je jünger die Kinder sind, desto stärker sind die Möglichkeiten zur Veränderung der individuellen Problematik auch vom Elternverhalten und der Familiendynamik abhängig. Hierbei müssen im Sinne eines systemischen Ansatzes auch die Auswirkungen einer Verhaltensänderung des Kindes auf die Eltern und Geschwister berücksichtigt werden. Hier wird oftmals eine Funktionalität der Probleme im Familienkontext er-

sichtlich, die möglichen Veränderungen im Wege steht. Dies sollte keinesfalls ignoriert, sondern vielmehr aktiv angesprochen und bearbeitet werden. Dazu gehört es auch, die Wünsche und Vorstellungen des Familienalltags mit allen Beteiligten zu reflektieren und neue Strategien für einen als positiv erlebten Familienalltag zu entwickeln.

## **Therapieziel: Verbesserung der Emotions- und Stressregulation**

Der Zusammenhang zwischen Stress und Depression bei Eltern und dem Auftreten von psychischen Problemen bei Kindern wird seit vielen Jahren diskutiert und ist gut belegt (vgl. Cina & Bodenmann, 2009; Kötter et al., 2010; Wiegand-Grefe et al., 2013). Ebenso interessant sind Studien, die zeigen, dass auch schon die emotionale Dysregulation eines Elternteils genügt, um die Entwicklung eines Kindes aus der Bahn zu werfen (vgl. Morris et al., 2007; Ulrich & Petermann, 2017). Aus diesem Grund fokussieren viele Materialien (Arbeitsblätter) dieses Tools-Buches auf die Bedeutung von Emotionen im Kontext psychischer Auffälligkeiten im Kindes- und Jugendalter. Bei der Behandlung dieser Störungen kommt dem Emotionsmanagement der Eltern eine große Bedeutung zu. So ist es präventiv und therapeutisch zentral, Eltern ein verbessertes Emotions- und Stressmanagement im Rahmen einer Eltern- und Familienarbeit zu vermitteln. Im Kapitel *Besonderheiten bei spezifischen Problemen* wird neben einem starken Temperament besonders der emotionale Austausch am Beispiel von Angststörungen bearbeitet. Neuere Übersichten verdeutlichen anhand der Angststörungen im Kindes- und Jugendalter, wie stark familiäre Prozesse problemverursachend und zumindest problemverstärkend wirken (vgl. Schneider & Weisz, 2017; Yap & Jorm, 2015).

## **Methodenauswahl im Rahmen des Tools-Buches**

Dieses Tools-Buch enthält keine klassisch-verhaltenstherapeutischen Techniken, die Eltern an die Hand gegeben werden können, um ihr Kind besser zu steuern (= Tokenpläne, Punkte-Liste, Time-out-Verfahren). Solche Techniken sind zwar wirksam, können jedoch vielfach nicht gut in den Familienalltag integriert werden. Zudem sind einige Ansätze, wie die Time-out-Technik, an sehr viele Voraussetzungen in der Familie gekoppelt, die selten ideal gegeben sind (vgl. Morawska & Sanders, 2011, für die Time-out-Technik).

Ausgewählt wurden für das vorliegende Tools-Buch folgende Methoden:

- ▶ Tagebuch- und Protokoll-Methode (z. B. AB 1–3)
- ▶ Psychoedukation (z. B. AB 8+9, INFO 11+12, INFO 18+19)
- ▶ Hinweise zur Einführung von Regeln und Ritualen für Familien (z. B. AB 32–34)
- ▶ Hinweise zur Einübung angemessener Erziehungspraktiken (z. B. INFO 14–17, AB 16+17)
- ▶ Hinweise zur Emotions- und Stressregulation (z. B. AB 26–29)
- ▶ Hinweise auf die elterliche Selbstfürsorge (AB 55)
- ▶ Checklisten zur Problemklärung (AB 27, 33)
- ▶ Checklisten zur Qualitätssicherung (AB 62–64)
- ▶ Satzergänzung zur Reflexion bisheriger Überzeugungen (z. B. AB 12, 17, 58, 60)

Das in dem Tools-Buch beschriebene methodische Vorgehen ist vor allem durch die Arbeitsblätter für Therapeuten (T) in vielen Bereichen gut vorstrukturiert (z. B. bei der Struktur der Problemgespräche), in einigen Bereichen ist es aber stark von der aktuellen Problemlage der Familie geprägt. Vor allem mit der Methode der Satzergänzung (vgl. die ABs auf S. 49, 68, 125, 129, 133, 174, 185–187) kann man Wunschvorstellungen und stark emotional bewertete Bereiche im Erleben der Eltern (Familienmitglieder) spezifizieren und analysieren. Hierbei handelt es sich um Themen wie z. B. »Kein Mensch ist ohne Fehler« (AB 17) – es geht um das heikle Thema, dass auch Eltern Fehler machen können – oder »Mein Kind und die Zukunft« (AB 40), hier wird auf die Ängste von Eltern bezüglich der Zukunft ihrer Kinder fokussiert. Diese eher nondirektive Arbeitsmethode stellt ein gutes Gegengewicht zu der stark strukturierten Form der Problemgespräche dar. Vielfach wird man dadurch erst den Zugang zu Eltern und Familien aufbauen, der für die weitere Bearbeitung heikler Familienthemen von großer Bedeutung ist.

# 1 Familiendiagnostik

Eine Familiendiagnostik erfordert die Sammlung vielfältiger Daten, die eine Auskunft zulassen über

- ▶ biografisch zentrale Ereignisse,
- ▶ aktuell verfügbare Ressourcen des Kindes und der Familie,
- ▶ aktuelle Probleme im Alltag der Familie,
- ▶ familiäre Belastungen und Krisen.

In vielen Fällen wird diese Informationssammlung mindestens zwei Elternsitzungen umfassen (INFO 1–3).

Auch in dieser frühen Phase sollen Eltern sehr aktiv beteiligt werden. Dies trägt dazu bei, dass Eltern die Bewertung von Ressourcen und Problemen modifizieren. Zur Auswahl stehen im Rahmen der Verhaltensbeobachtung ein Problem- und Stärken-Protokoll (AB 2 und 3); zudem kann ein Verhaltenstagebuch (AB 1) eingesetzt werden. Bei diesem Verhaltenstagebuch ist entscheidend, dass die Eltern ihre Emotionen (Stimmungslage) mit registrieren. Die begleitenden Emotionen von Eltern beeinflussen entscheidend das Problemverhalten von Kindern und stellen oft Barrieren dar, wenn familiäre Konflikte bearbeitet werden. Den Zusammenhang zwischen eigenen Gefühlen und Konfliktsituationen, der Bewertung der Konflikte und den aktuell gezeigten Problemen von Kindern zu erkennen, bildet dabei ein zentrales Ziel. Die familiären Belastungen und Krisen können anhand einer Checkliste (INFO 4) umfassend exploriert und anschließend dokumentiert werden (AB 4). Bei dieser Abklärung muss neben den Faktoren, die zu bestimmten Belastungen und Krisen in einer Familie führen, auch erhoben werden, wie diese Belastungen und Krisen von den verschiedenen Familienmitgliedern bewertet werden.

Die Informationssammlung im Rahmen der Familiendiagnostik kann sowohl im Elterngespräch als auch bei Anwesenheit aller Familienmitglieder durchgeführt werden. Die folgenden Arbeitsblätter sind jedoch eher auf die Elternarbeit ausgerichtet, da in manchen Fällen familienbezogene Informationen besser in Elternsitzungen erhoben werden. Ergänzende Informationen weiterer Familienmitglieder sollten jedoch unbedingt in den weiteren Familiensitzungen gewonnen werden.

## Arbeitsmaterial

**INFO 1 Leitfaden für die biografische Anamnese.** Dieser Leitfaden dient als Orientierung für die Erfassung der Probleme sowie der anamnestischen Entwicklung des Kindes. Zusätzlich werden als Basis für die Planung von Interventionen bisherige Lösungsversuche der Familie sowie die Erwartungen an eine Behandlung erfragt. Auf Basis dieser Information können dann weitere, spezifischere Fragen sowie der Einsatz möglicher diagnostischer Maßnahmen geplant werden.

**INFO 2 Inhalte des Elterngesprächs zur Diagnosestellung.** Hier werden zur spezifischeren Abklärung einer Diagnose weitere Informationen erfasst. Dies betrifft die Bereiche der Vorerfahrungen und des Zuweisungswegs zur Beratung/Behandlung, Exploration der Problematik des Kindes und der Familie, Familienanamnese, Erklärungsmodelle der Eltern, Therapievorstellungen der Eltern und Behandlungsübersicht der geplanten Interventionsmaßnahmen.

**INFO 3 Therapieziele mit der SMART-Analyse formulieren.** Anhand dieses Infoblatts können gemeinsam mit den Eltern die Beratungs- und/oder Therapieziele formuliert werden. Die SMART-Analyse (specific, measurable, achievable, realistic, time determined) hilft dabei, geeignete Ziele auszuwählen und diese so zu formulieren, dass die Umsetzung im Alltag mit nachfolgender Reflexion in der Eltern- und Familienarbeit problemlos möglich ist. Diese Ziele können dann in einer separaten Übersicht aufgelistet und während des Arbeitsprozesses immer wieder gemeinsam reflektiert werden.



**AB 1 Verhaltenstagebuch.** Das Verhaltenstagebuch dient sowohl der Erfassung des Problemverhaltens des Kindes als auch der begleitenden Stimmungslage der Eltern. Damit können Zusammenhänge zwischen Verhaltensweisen des Kindes (z. B. sich verweigern) und den Gefühlen sowie den darauf basierenden Reaktionen der Eltern (z. B. Gefühl von Hilflosigkeit und Einsatz unrealistischer Strafen, wie z. B. »Fernsehverbot für den Rest des Jahres«) hergestellt werden.

**AB 2 Problem-Protokoll.** Das Problemprotokoll dient als vertiefende Diagnostik zum Problemverhalten des Kindes, indem für einen gemeinsam verbrachten Tag alle auftretenden Probleme aufgeführt werden. Da viele Eltern Schwierigkeiten haben, Probleme als solche zu erkennen, da das Verhalten des Kindes für sie bereits »normal« ist, sind als Hilfestellung Kategorien aufgeführt, in denen das Verhalten des Kindes eingeordnet werden kann.

**AB 3 Stärken-Protokoll.** Um den Fokus der Eltern auf positive Verhaltensweisen zu verschieben, ist es zusätzlich zur Erfassung der vorliegenden Probleme sinnvoll, auch die Stärken bzw. erfreulichen Erlebnisse mit dem Kind zu notieren. Dies hat positive Auswirkungen auf die Stimmung innerhalb der Familie. Zusätzlich sind Informationen über positive Erlebnisse zentral, um diese während der weiteren Zusammenarbeit mit der Familie zu fördern.

**INFO 4 Checkliste: Familiäre Belastungen und Krisen.** Mit Hilfe dieser Checkliste werden Belastungen erfasst, die das gesamte Familiensystem betreffen. Solche Belastungen, wie beispielsweise ein Umzug, werden häufig in ihren Auswirkungen auf das Familiensystem und besonders auf die Kinder unterschätzt. Durch die Checkliste kann den Eltern verdeutlicht werden, dass die aufgeführten Ereignisse durchaus Einfluss auf familiäre Dynamiken haben. Die Checkliste unterstützt die Eltern dabei, solche Belastungen in der Familie offen anzusprechen.

**AB 4 Unsere Absprache von heute.** In diesem Arbeitsblatt können Absprachen über die Änderung allgemeiner familiärer Abläufe und Verantwortlichkeiten festgehalten werden. Sinnvoll ist es, bei mehreren neuen Absprachen dieses Blatt für jedes Familienmitglied auszufüllen. Hierbei kann direkt in der Tabelle markiert werden, an welchen Tagen die neue Aufgabe übernommen werden muss (z. B. mit einem Kreis, der von Familienmitgliedern angekreuzt werden kann, wenn sie die Aufgabe erfüllt haben). Die Arbeitsblätter können dann zur nächsten Sitzung mitgebracht und gemeinsam besprochen werden.



In der Literatur existiert eine Vielzahl von Vorschlägen für die Durchführung einer biografischen Anamnese. Viele Therapieprogramme zur Behandlung von Kindern enthalten hierfür sehr gut ausgearbeitete Fragebögen. Als Minimum sollten Sie die folgenden elf Fragen im Rahmen einer solchen Anamnese bearbeiten:

- (1) Beschreiben Sie die aktuellen Verhaltensauffälligkeiten Ihres Kindes genau.
- (2) Wann und in welchen konkreten Situationen treten die Verhaltensauffälligkeiten auf (zu Hause, in der Schule, in der Freizeit)?
- (3) Wann und in welchen konkreten Situationen treten die Verhaltensauffälligkeiten nicht auf?
- (4) Wie gestaltet sich der Schulalltag und wie sieht das letzte Zeugnis aus?
- (5) Beschreiben Sie den Entwicklungsverlauf Ihres Kindes (Schwangerschaft, motorische und Sprachentwicklung, Kindergartenbesuch).
- (6) Wie reagieren Eltern und andere Bezugspersonen auf die Verhaltensauffälligkeiten Ihres Kindes [*Beispiele erfragen*]? Reagieren sie immer gleich oder unterschiedlich?
- (7) Welche Stärken haben Ihre Familie und Ihr Kind?
- (8) Wie kommt Ihr Kind mit Gleichaltrigen aus?
- (9) Gibt es psychische Erkrankungen in der Familie?
- (10) Was haben Sie bislang unternommen, um die Probleme Ihres Kindes in den Griff zu bekommen (Arztbesuche, Medikamenteneinsatz)?
- (11) Welche Erwartungen haben Sie an eine Behandlung?



Bitte bedenken Sie, dass diese Leitfragen als Einstieg in den jeweiligen Bereich dienen und Sie durch gezieltes Nachfragen die Thematik vertiefen müssen.



In der Regel wird ein diagnostisches Elterngespräch ohne die Anwesenheit des Kindes durchgeführt. Um eine fundierte Eltern- und Familienarbeit zu realisieren, müssen zumindest Informationen zu den folgenden sechs Bereichen mit den Eltern ausgetauscht werden.

#### **1. Bereich: Klärung der Vorerfahrungen und des Zuweisungswegs zur Beratung/Behandlung**

- ▶ Vorstellungsgrund; wer hat überwiesen und warum
- ▶ Vorgeschichte des Kindes und der Familie
- ▶ bisherige Behandlungsversuche

#### **2. Bereich: Exploration der Problematik des Kindes und der Familie**

- ▶ Exploration der Entwicklung des Kindes
- ▶ Exploration der allgemeinen Symptomatik des Kindes
- ▶ Verhaltensanalyse mit Mikroanalyse

#### **3. Bereich: Familienanamnese**

- ▶ Bedeutung des Problems für die gesamte Familie
- ▶ Belastung einzelner Familienmitglieder
- ▶ Ressourcen und erfolgreiche Strategien in der Familie

#### **4. Bereich: Erklärungsmodelle der Eltern**

- ▶ Wie erklären die Eltern die Entstehung der Problematik?
- ▶ Welche persönlichen Anteile des Problems schreiben sich die Eltern selbst zu?
- ▶ Bestehen unterschiedliche Sichtweisen bei den Elternteilen?

#### **5. Therapievorstellungen der Eltern**

- ▶ Ziele, Wünsche, Vorstellungen über die Therapie
- ▶ Problemdefinitionen aus Sicht der Eltern

#### **6. Bereich: Behandlungsübersicht**

- ▶ Realisierbarkeit der Behandlung
- ▶ Dauer und Prognose der Behandlung



Im Rahmen der Therapieplanung ist es notwendig, wenigstens drei Ziele anzustreben:

- (1) Positives Verhalten aufbauen
- (2) Problemverhalten reduzieren
- (3) Zustände, die nicht veränderbar scheinen, akzeptieren lernen

Nach Zarbock (2008) sind diese Ziele dadurch begründet, dass sie entweder die Störung verringern oder wenigstens die Krankheitsbewältigung und Lebensqualität des Patienten und seiner Familie fördern. Alle Ziele müssen so konkret wie möglich und die Zielerreichung kleinschrittig angestrebt werden. Ziele sind für Kinder, Eltern und Familien getrennt auszuarbeiten und im Detail aufeinander zu beziehen. Alle Ziele sollten mit therapeutischer Unterstützung in einer überschaubaren Zeit erreichbar sein. Die Angemessenheit von Therapiezielen kann man nach einem Vorschlag von Zarbock (2008, S. 150) durch die SMART-Analyse überprüfen. SMART bedeutet dabei:

**S** = **specific**, d. h., Ziele sollten eindeutig und konkret formuliert sein.

**M** = **measurable**, d. h., Ziele sollten messbar und es muss für Therapeuten und Betroffene erkennbar sein, dass diese Ziele auch erreicht werden können.

**A** = **achievable**, d. h., das Ziel muss auf der Basis diagnostischer Informationen und dem gewählten Therapieverfahren erreichbar sein.

**R** = **realistic**, d. h., es ist zu prüfen, ob der Patient und seine Familie (abhängig vom Störungsbild und den verfügbaren Ressourcen) hinsichtlich der Abfolge der Ziele und in der veranschlagten Zeit die formulierten Ziele realistisch erreichen kann.

**T** = **time determined** = zeitlich festgelegt. Dies bedeutet die genaue Festlegung des Zeitaufwandes für den Patienten und seine Familie sowie die Anzahl an Therapiesitzungen, die für den Patienten und seine Familie nötig sind. Hierbei müssen Transferübungen im Alltag, zum Beispiel bezogen auf die Schule, mit einbezogen werden.

Alle Ziele sind auf der Ebene des Kindes / des Jugendlichen und der Familie in einer Übersicht aufzulisten.



Was Sie Tag für Tag im Umgang mit Ihrem Kind erleben, lässt Sie selten »kalt«. Immer sind Sie mit Ihren Gefühlen dabei und häufig ist es schwer, ruhig zu bleiben. Aus diesem Grund sollen Sie in folgendem Verhaltenstagebuch nicht nur das Verhalten Ihres Kindes notieren, sondern immer auch angeben, welches Gefühl Sie selbst dabei erleben. Gefühle verändern sehr stark die Wahrnehmung von Dingen.

Bitte bedenken Sie, dass neben Ihren Gefühlen das Problemverhalten Ihres Kindes sowohl von Ereignissen vor dem Vorfall als auch nach dem Vorfall beeinflusst wird. Bitte füllen Sie aus diesem Grund alle Spalten aus. Orientieren Sie sich an dem Beispiel, das in der ersten Zeile der Übersicht abgedruckt ist.



<b>Problemverhalten meines Kindes:</b>	<b>Wann und wo aufgetreten?</b>	<b>Meine Stimmungslage war dabei:</b>	<b>Was ereignete sich vor dem Vorfall?</b>	<b>Was ereignete sich nach dem Vorfall?</b>
Kind verweigert Schulbesuch	7:30 Uhr morgens	verzweifelt/hilflos	Kind äußerte Bauchschmerzen	Kind durfte zuhause bleiben und sich entspannen