



Beate Busemann, Diakonie Düsseldorf

STEP Elterntraining

1. Einleitung

STEP ist die Abkürzung für Systematic Training for Effektiv Parenting (Dinkemeyer u. a. 2004, S. 12).

Der Cartoon (Dinkemeyer u. a. 2001, S. 203) verdeutlicht, dass dieses Programm mit Humor den Eltern ermöglichen will, ganz praktisch im Alltag neue Reaktionsweisen anzuwenden, die von ihren Kindern selbstverständlich bemerkt werden.

2. Herkunft und Entwicklung von STEP

2.1 In den USA

STEP basiert auf der Individualpsychologie von Alfred Adler und Rudolf Dreikurs sowie auf der Humanistischen Psychologie von Carl R. Rogers und Thomas Gordon. In den USA gibt es dieses Programm seit 1976, es wurde auf den genannten Grundlagen durch Don Dinkemeyer Sr., Gary McKay und Don Dinkemeyer Jr. entwickelt. Die Autoren betonen: „Die Ausgangsthe- se der Individualpsychologie ist: Der Mensch ist ein soziales Wesen. Sein Verhalten ist da- rauf ausgerichtet ein Gefühl der Zugehörigkeit zu erlangen.“ (Dinkemeyer u. a. 2001, S.11).

In den USA ist STEP eines der führenden Trainingsprogramme unter ca. 500 Anbietern und es wurde wissenschaftlich in ca. 60 Studien am häufigsten evaluiert. Dr. David Gibson hat in einer Zusammenfassung aller Studien (www.instep-online.de bzw. www.aqsnet.com, vollständiger Text in englischer Sprache)

ermittelt, dass es keine Gruppe von Eltern zu geben scheint, die nicht von dem Programm profitieren konnte. Denn die Studien umfassen sowohl eher „durchschnittliche“ als auch „be- lastete“ Familien wie z. B. Pflegefamilien u.ä. Die Anwendbarkeit und Wirksamkeit war bei dem allergrößten Teil der untersuchten Ziel- gruppen gegeben. Es konnte nachgewiesen werden, dass die Eltern vor allem Kenntnisse erwerben, die ihnen einen demokratischen Er- ziehungsstil und ein besseres Einfühlungsver- mögen gegenüber den Kindern ermöglichen. Es stellte sich heraus, dass die Nachhaltigkeit nicht notwendigerweise gegeben ist (ebd.). Das STEP Konzept sieht zur Sicherung der Nach- haltigkeit deshalb die sogenannten Elterntreffs vor. Das sind von Kursleiter oder Kursleiterin organisierte Zusammenkünfte im Anschluss an den eigentlichen Kurs.

2.2 Im deutschsprachigen Raum

Trudi Kühn und Roxana Petcov sind die Heraus- geberinnen des gesamten STEP Programms im deutschsprachigen Raum. Gemeinsam mit Linda Pliska haben sie zunächst das Eltern- handbuch für Kinder ab sechs Jahre übersetzt und verbreitet. Außerdem haben sie das El- ternhandbuch „Die ersten 6 Jahre“ herausge- bracht und arbeiten derzeit an der Herausga- be des Teenagerbuches. Zudem sind sie die Gründerinnen des InSTEP-Trainernetzwerkes und übernehmen die Ausbildung der Kurslei- ter/innen.

In Deutschland, der Schweiz und Österreich haben sich inzwischen in den verschiedenen Regionen zahlreiche Kooperationen entwickelt,

so dass STEP in Institutionen und Organisationen wie Schulen, Kindergärten, Trägern der Wohlfahrtspflege u.ä. vertreten ist.

Die Evaluation wird seit einiger Zeit in Zusammenarbeit mit Herrn Professor Dr. Klaus Hurrelmann von der Universität Bielefeld vorbereitet und startet im Herbst 2005 mit Schwerpunkt auf den Kursen für Kinder im Alter von null bis sechs Jahren.

3. Das STEP Konzept

Das Programm besteht aus folgenden inhaltlichen Bausteinen:

- Einführung, Kennerlernen, Rahmen abstecken, Vorbereiten
- Dazugehörigkeitsgefühl und Ziele des Fehlverhaltens
- das Unerwartete tun, die Perspektive ändern, Beschäftigung mit persönlichen Wertvorstellungen, Überzeugungen und Gefühlen
- Ermutigung, Lob und der Mut nicht perfekt zu sein
- gute Kommunikation, d. h. aktives Zuhören und Ich-Aussagen
- Kooperation mit der Fragestellung: „Wessen Problem ist es“ und der Fertigkeit „Alternativen erforschen“
- sinnvolle Disziplin
- Anwendung von STEP in Alltagssituationen, Erarbeitung von individuellen Lösungen

Der hier skizzierte Aufbau des Programms entspricht in etwa den Kapiteln des Elternhandbuches (Dinkemeyer u. a. 2004, Inhalt) und ist auch der Leitfaden für den Aufbau und die Gestaltung der Kurse.

Den Eltern wird verdeutlicht, dass eine andere Sichtweise sinnvoll sein kann. Sie lernen darauf zu achten, was die positive Kehrseite des Verhaltens ihrer Kinder ist. In den Kursen habe ich erlebt, dass dies vor allem bei den verzweifelten Eltern ein wichtiger Ansatzpunkt ist.

4. Die Ziele von STEP

Es geht um die Stärkung der Erziehungskompetenz. Die Herausgeberinnen sprechen davon, dass es ihnen am Herzen liegt, die Erziehung von Kindern zu glücklichen und verantwortungsbewussten Menschen zu unterstützen (Kühn/ Petcov/ Pliska 2004, S.6). Die Autoren nennen als Ziel eine starke und erfüllende Beziehung zwischen Eltern und Kind zu erreichen, die auch dann noch stabil ist, wenn die Kinder Teenager sind oder das Elternhaus verlassen haben (Dinkemeyer u. a. 2004, S.14).

Diese Formulierungen mögen sehr blumig erscheinen, aber das ist genau das, was Eltern oder Erziehende erreichen wollen, und daher finde ich diese konkrete Benennung wichtig.

5. Die Zielgruppen von STEP

STEP ist sinnvoll als Prävention für pro-aktive Eltern. Weiterhin ist es anwendbar als Selbsthilfe für entmutigte Eltern und auch eine hilfreiche Unterstützung für verzweifelte Eltern. Nicht zuletzt ist dieses Programm eine ideale Zusammenstellung von durchaus bekannten Methoden und Fertigkeiten. Durch den individualpsychologischen Ursprung ist es aus meiner Sicht für pädagogische Fachkräfte in der Erziehungshilfe besonders geeignet.

In meinem Berufsalltag hat STEP mir geholfen in der Arbeit mit verhaltensauffälligen Kindern und ihren Eltern mit mehr Gelassenheit zu agieren, d. h. vor allem den Machtkampf nicht anzunehmen und dadurch neue Perspektiven und Handlungsalternativen zu eröffnen.

Außerdem habe ich in der Kursarbeit mit den Eltern erlebt, wie verzweifelte Eltern wieder Mut gefunden haben, die tägliche Herausforderung der Erziehung neu anzugehen. Im Buch heißt es:

Mit dem Mut nicht perfekt zu sein, sind wir bereit, uns Mühe zu geben. Wir hören damit auf, uns Sorgen darüber zu machen, was in der Vergangenheit geschehen ist. (Kühn u. a. 2001, S. 117).

Diese Erkenntnis ist, nach meiner Erfahrung, für die Eltern eine Möglichkeit, sich von den häufig vorhandenen Schuldgefühlen, die sie blockieren, zu befreien und so wieder Spaß an der Erziehung zu finden.

6. Arbeitsweise und Organisation

STEP-Kurse umfassen zehn Treffen, die einmal wöchentlich für zwei Stunden stattfinden. Die Gruppengröße liegt bei fünf bis zwölf Personen. Die Kurse kosten 190 Euro für Einzelpersonen und 300 Euro für Elternpaare inkl. Arbeitsmaterial (www.instep-online.de). Die Kosten werden, gerade im Bereich der Hilfen zur Erziehung, vom Jugendamt auf der Grundlage des § 27 SGB VIII, oder von Diakonie, Caritas u.ä. übernommen. Das Trainingsmaterial ist spezifisch nach dem Alter der Kinder gestaffelt (Die ersten 6 Jahre, 6 bis 12 Jahre, Teenager).

Auch in Wochenendkursen oder Workshops kann das Programm erlernt werden. Das Konzept wird sowohl durch Videopräsentation, Arbeit mit Overheadfolien als auch durch Selbstreflexion zugänglich gemacht. Diese wird den Eltern durch Erfahrungen im Rollenspiel und den Austausch zu Beginn jedes Treffens in der Gruppe ermöglicht. Außerdem werden die STEP-Fertigkeiten durch praktische Übungen im Kurs erlernt. Ein ganz wichtiger Aspekt dabei ist die Modellfunktion der Erfahrung in der Elterngruppe.

Die Elterntreffs sichern die Nachhaltigkeit und sind – teilweise auch eigenständig organi-

sierte – Austauschgruppen von Eltern, die sich im Anschluss an den eigentlichen Kurs, in der Regel monatlich, treffen. Dort wird das Erlernte vertieft und der wichtige Erfahrungsaustausch und die Ermutigung innerhalb der Elterngruppe weiterhin ermöglicht und gefördert. So ist neben den neu erworbenen Kompetenzen im Bereich der Erziehung auch die Steigerung von sozialen Kontakten ein positives Ergebnis der Kursarbeit. Das ist für die Zielgruppe der verzweifelten Eltern, mit der ich arbeite, ein nicht unerheblicher Erfolg, weil die Eltern teilweise sozial sehr isoliert leben und nun positive Erfahrungen im Gruppen-Setting sammeln können.

7. Verbreitung und Qualitätssicherung

Alle Informationen über die Kursleiterausbildung sind im Internet zu finden (www.instep-online.de). Derzeit gibt es ca. 80 Trainer/innen in Deutschland. Bisher haben hier ca. 2000 Eltern einen der Kurse besucht. In den USA sind es vier Millionen in 27 Jahren (Dinkemeyer u. a. 2004, S.14).

In Deutschland gibt es zur Sicherung der Qualität das Trainernetzwerk. Die Kursleiter/innen werden hier nach der Ausbildung weiterqualifiziert und verpflichten sich unter anderem zur Supervision während der Kurse.

8. Zusammenfassung

STEP ist leicht erlernbar, systematisch und einfach und praktisch anzuwenden. Aus diesen Gründen ist es in der Erziehungshilfe sinnvoller und erfolgreicher als andere Elternprogramme. Auch mit diesem Konzept können selbstverständlich nicht alle Eltern erreicht werden, aber es bietet insbesondere durch die gerade genannten Eigenschaften einem großem Teil der Eltern, gerade auch mit belastenden und weniger optimalen Lebensbedingungen, neue und positivere Zugangswege zu ihren Kindern.

Kontakt:

**Beate Busemann, Diplom-Sozialpädagogin
in einer Heilpädagogischen Tagesgruppe,
Diakonie in Düsseldorf
Itterstraße 80
40598 Düsseldorf
Telefon: 0211/ 601 7335
Fax: 0211/ 513 6661
Email: bbusemann@gmx.de
www.instep-online.de
www.aqsnet.com**

Literatur

- Dinkemeyer, Don Sr./ McKay, Gary/ Dinkemeyer, Don Jr. (Autoren), Kühn Trudi/ Petcov, Roxana/ Pliska, Linda (Hg.) (2001): step Elterhandbuch Grundkurs. Kids World. Beust Verlag, München.
- Dinkemeyer, Don Sr./ McKay, Gary/ Dinkemeyer, Don Jr. (Autoren), Kühn Trudi/ Petcov, Roxana/ Pliska, Linda (Hg.) (2004): step Das Elterhandbuch. Die ersten 6 Jahre. Beltz Verlag, Weinheim und Basel.
- Dinkemeyer, Don Sr./ McKay, Gary/ Dinkemeyer, Don Jr. (Autoren), Kühn Trudi/ Petcov, Roxana/ Pliska, Linda (Hg.) (2004): step Das Elterhandbuch Kinder ab 6 Jahre. Beltz Verlag, Weinheim und Basel.