

STEP Systematisches Training für Eltern und Pädagogen

WAS IST »STEP«?

Ein von Familientherapeuten entwickeltes Programm, das eine auf gegenseitigem Respekt basierende Beziehung zwischen Eltern und Kindern ermöglichen will

DER NAME DES KURSES:

»STEP Kurs für Eltern mit Kindern«

Ein weltweit verbreiteter Kurs der Elternbildung. Den Teilnehmern wird wertschätzendes Verhalten gegenüber dem Nachwuchs, achtungsvolle Kommunikation und ein klares Setzen von Grenzen in einfachen, kleinen Schritten beigebracht. Es geht nicht darum, schnelle Verhaltensänderungen durchzusetzen. Stattdessen wird das eigene Verhalten geändert und Neues ausprobiert.

Ein wichtiger Schwerpunkt ist, zu erkennen, was das Kind mit einem „Fehlverhalten“ – unbewusst – bewirken will (z. B. Aufmerksamkeit erregen, Macht ausüben, Rache nehmen). Die Teilnehmer bekommen Wege aufgezeigt, wie sie in schwierigen Situationen reagieren können, etwa aufmerksamkeitsheischendes Dazwischenreden ignorieren.



DAUER:

zehn Termine zu je zwei bis zweieinhalb Stunden

ZIELGRUPPE:

Eltern mit Kindern jeden Alters

TEILNEHMERZAHL:

sechs bis zwölf

THEMEN DER TERMINE:

1. Vorbereitung auf den Änderungsprozess, Kennenlernen
2. Sich und die Kinder besser verstehen
3. Persönliche Wertvorstellungen, Überzeugungen und Gefühle
4. Kinder ermutigen, sich selbst ermutigen. Unterschied Lob/Ermutigung
5. Kindern zuhören lernen
6. So mit dem Kind sprechen, dass es zuhört
7. Kooperation, gemeinsames Problemlösen, Familienkonferenzen
8. Unterschied Konsequenz/Strafe
9. und 10. Übungen und Rollenspiele

BESONDERHEITEN:

- Die Kursleiter raten dazu, Ermutigung verstärkt anzuwenden und vorsichtig mit Lob umzugehen. Zu viel Lob könne das kindliche Selbstwertgefühl abhängig von der Bewertung durch andere machen. Stattdessen regen sie die Eltern an, an die Fähigkeiten ihres Kindes zu glauben, seine Fortschritte und sein Bemühen zu erkennen und zu benennen.
- Zur Stärkung seines Selbstwirksamkeitsgefühls darf das Kind in Konfliktsituationen sein Verhalten selbst bestimmen – allerdings in altersgemäßen Grenzen, die die Eltern setzen, eventuell in Absprache mit dem Kind. Beispiel: Der Achtjährige will morgens den Fahrradhelm nicht aufsetzen. Die Eltern vermitteln ihm: Du darfst selbst bestimmen, ob du mit Helm fährst – oder zu Fuß zur Schule gehst. So sollen Kinder Konse-

quenzen tragen lernen und gleichzeitig das Gefühl entwickeln, Kontrolle über ihr Leben zu haben.

- Ein Kommunikationstraining ist Bestandteil des Kurses. Dabei lernen die Eltern zum Beispiel, mit Kindern über Gefühle und Probleme zu sprechen.

EINSCHÄTZUNG:

ein ausgereifter, gut strukturierter Kurs mit langer Entwicklungsgeschichte. Für Eltern, die über sich nachdenken und neue Kommunikationsformen erlernen wollen. Nicht geeignet für Eltern, die auf der Suche nach eher schnellen Lösungen sind.

WEITERE INFORMATIONEN

Konzept: entwickelt 1976 von den US-Familientherapeuten Don Dinkmeyer sen. und Gary McKay; seither erweitert und aktualisiert

Ausbildung der Kursleiter:

zwei Module über insgesamt sieben Tage (63 Stunden). Voraussetzung ist eine abgeschlossene Berufsausbildung im pädagogischen, sozialen, psychologischen oder medizinischen Bereich. Für zertifizierte Kursleiter/innen (Liste unter: instep-online.de) ist bei jedem Kurs eine Supervision vorgeschrieben

Weitere STEP-Kurse:

für Eltern mit Kindern von null bis drei Jahren, sechs bis zwölf Jahren, zwölf bis 18 Jahren; für Eltern mit Migrationshintergrund; für Eltern und ihre Familienhelfer; für psychisch erkrankte Eltern und ihre BegleiterInnen; für Erzieher/innen, Lehrer/innen, Tagesväter/-mütter, Fachkräfte in der Erziehungshilfe

Buchtipps.

DON DINKMEYER U. A.: »STEP Elternbücher« Beltz, 2013

BARBARA EHRLICH: »STEP-Elterntraining«, Kohlhammer, 2011

Online: www.instep-online.de