



Ziele von Triple P

Ziel von Triple P ist es, die Kompetenz der Eltern in der Erziehung und im Umgang mit ihren Kindern zu steigern, um deren Entwicklung zu fördern. Triple P zielt auf die:

- Förderung der Unabhängigkeit und des Wohlergehens von Familien durch Verbesserung der Kenntnisse, Fertigkeiten und Kommunikationsfähigkeit der Eltern
- Schaffung einer gewaltfreien, schützenden und fördernden Umgebung
- Förderung von Entwicklung, Gesundheit und sozialen Kompetenzen von Kindern
- Verringerung von Verhaltensproblemen, Missbrauch und Gewalt gegen Kinder
- Ersetzung ungünstiger Erziehungspraktiken durch angemessene, kindgerechte und effektive Strategien
- Vergrößerung der Erziehungskompetenz sowie der Zuversicht und Zufriedenheit der Eltern

Triple-P-Trainer:

Dipl.-Psych. Andrea Kaiser
Kinder- u. Jugendlichenpsychotherapeutin

**Psychotherapeutische Praxis für
Kinder und Jugendliche**

**Verhaltenstherapie
(Einzel- und Gruppentherapie)
Hochbegabung (Diagnostik und Beratung)
EMDR, Paartherapie, Elterngruppen,
LRS- und Dyskalkulie-Gutachten,
Seminare und Vorträge**

Suurend 36, 28857 Syke
Tel.-Nr.: 04242/509198
www.Andrea-Kaiser.de
www.triplep.de



... neue Kurse in unserer Praxis!

Triple P
(Positive Parenting Program)

ist ein hauptsächlich vorbeugendes Erziehungskonzept mit dem Ziel, Sie als Eltern bei der Erziehung Ihrer Kinder zu unterstützen und dadurch das Familienleben leichter und schöner zu machen. Dabei werden Anregungen zum Aufbau einer positiven Beziehung zu Ihrem Kind, zur Förderung der kindlichen Entwicklung sowie zum Umgang mit problematischem Verhalten gegeben.

**Liebend gern
erziehen**



Besonders wichtig sind positive Zuwendung und angemessene Kommunikation. Die folgenden fünf Aspekte bilden die Grundlage der Positiven Erziehung:

- Sorgen Sie für eine sichere und interessante Umgebung
- Schaffen Sie eine positive und anregende Lernatmosphäre
- Verhalten Sie sich konsequent
- Erwarten Sie nicht zu viel
- Beachten Sie auch Ihre eigenen Bedürfnisse

Positives Erziehungsprogramm zur Prävention kindlicher Verhaltensprobleme

Elternschaft kann sehr schön und erfüllend sein, Kindererziehung ist jedoch oft auch anstrengend und frustrierend. Die nächste Generation heranzuziehen, ist für Eltern eine verantwortungsvolle Aufgabe - und doch beginnen die meisten ihre „elterliche Karriere“ ohne Vorbereitung auf das, was auf sie zukommt. Sie lernen durch Versuch und Irrtum. „Die richtige Erziehung“ gibt es nicht. Eltern müssen selbst entscheiden, welche Werte, Fähigkeiten und Verhaltensweisen sie bei ihren Kindern fördern möchten und wie sie auf das Verhalten ihres Kindes reagieren. Dennoch gibt es Strategien, die Eltern helfen können, den vielfältigen Anforderungen gerecht zu werden.

Die Kurse werden von speziell ausgebildeten Triple P - TrainerInnen durchgeführt. In den Elterngruppen werden praxisnahe, pragmatische Erziehungshilfen für die Situationen gegeben, die den alltäglichen Elternnotstand bestimmen: Ungehorsam, ständiges „Nein“-Sagen, Trotz- und Wutanfälle, Einschlafprobleme, nächtliches Schreien. Auch bei fortgesetztem Bettnässen, Schulschwierigkeiten, Ängsten oder Aggressionen bietet das Programm Hilfe.

Das Programm wurde in Zusammenarbeit mit zahlreichen Eltern in langjähriger Forschungsarbeit an der University of Queensland in Brisbane (Australien) entwickelt. Dabei wurde auf anerkannten psychologischen Grundlagen aufgebaut und die praktische Umsetzung in vielen Studien überprüft. Triple P wird kontinuierlich wissenschaftlich begleitet.

Triple P ist ein umfangreiches Programm, das die verschiedenen Entwicklungsphasen der Kinder berücksichtigt und den Eltern Anregungen gibt, die ihnen helfen, eine gute Beziehung zu ihrem Kind aufzubauen und es bei seiner Entwicklung zu unterstützen. Triple P arbeitet mit viel Lob und positiver Verstärkung, aber auch mit klaren Grenzen bei Ungehorsam, Trotz und Wutanfällen. Der Ansatz stützt sich auf den augenblicklichen klinisch-psychologischen Wissensstand, ist international anerkannt und wurde bereits von vielen Eltern als hilfreich empfunden.

Das Triple P – Elterngruppentraining

Rahmenbedingungen:

- **5-8 Eltern(paare) pro Gruppe**
- **1 Trainer/in**
- **wöchentliche Sitzungen über insgesamt 8 Wochen, davon:**
 - vier je 2 ½ stündige Gruppensitzungen
 - sowie vier je 20minütige individuelle Telefonkontakte
- **Kosten: pro Elternpaar 240,- € (inklusive Arbeitsbuch)**