

# **HUCKEPACK - Mentorengestützte Prävention aggressiven Verhaltens im Vorschulalter**

## **Modul IV: Rational-Emotive Therapie im Elterntaining**

- Wiebke Hoffmann -

Denken, Fühlen und Handeln sind eng miteinander verwoben und bedingen sich gegenseitig. Demzufolge prägen frühe Handlungsmuster, die in der Regel wesentlich durch die Eltern beeinflusst werden, das gesamte Leben. Kommt es bei Kindern zu Verhaltensauffälligkeiten spielt das Erkennen ungünstiger/negativer Verhaltens- und Denkmuster eine zentrale Rolle.

Der Aspekt irrationaler Denkmuster wird in der Rational-Emotive Therapie (RET) von *Ellis* zum Gegenstand des Hilfeansatzes und gehört zu den ältesten Formen der Kognitiven Verhaltenstherapie. Er dient in der folgenden Bachelorarbeit dazu, den Grundbaustein für ein Elterntrainingskonzept zu entwerfen, welches im Rahmen des Chemnitzer Modellprojektes *Huckepack* neben einem mentorengestützten Training für aggressive Kinder, zum Einsatz kommen soll.

Während die Vorschulkinder lernen, ihre eigenen Emotionen zu regulieren und Konfliktsituationen mit Gleichaltrigen zu bewältigen, beschäftigt sich das Elterntaining damit, wie die Eltern darin angeleitet werden können, ihre Kinder in dieser Entwicklung zu unterstützen.

Die RET soll im Elterntaining verdeutlichen, dass es zu einer Stressverminderung und positiven Eltern-Kind-Beziehung beitragen kann, zwischenmenschliche Probleme zu überwinden, individuelle Stärken und Schwächen zu erkennen und persönliche Energien kreativ einzusetzen.

Ziel der Bachelorarbeit ist es, ein eigenständiges RET-basierendes Elterntaining von fünf bis acht Sitzungen zu entwerfen, wobei jede einzelne einen Zeitrahmen von 1,5 Stunden umfassen soll.

Dazu werden theoretische Grundlagen, verfügbare Studien sowie bereits bestehende Trainings mit dazugehörigen Arbeitsmaterialien und der jeweiligen Effektivität betrachtet und durch daraus hervorgehende Erkenntnisse und Schlussfolgerungen ein RET-gestütztes Manual für das Elterntaining zusammengestellt.