

TRAMPOLIN – Lieber früh intervenieren als später süchtig werden!

Konzept und Erfahrungen mit dem Bundesmodellprojekt „Modularisierte Frühintervention für Kinder aus suchtbelasteten Familien“

Michael Klein

Fachtagung des LWL am 22./23. November 2011 in Münster

kurz & gut – 10 Jahre FreD in Deutschland

Gefördert durch das Bundesministerium für Gesundheit
aufgrund eines
Beschlusses des Deutschen Bundestages.

Überblick

- Hintergrundinformationen zum Projekt Trampolin
- Allgemeines zum Gruppenangebot „Trampolin“
- Vorstellung ausgewählter Konzepte
- Erste Erfahrungen
- Ausblick
- Fragen, Rückmeldungen, Diskussion



Überblick

- **Hintergrundinformationen zum Projekt Trampolin**
- Allgemeines zum Gruppenangebot „Trampolin“
- Vorstellung ausgewählter Konzepte
- Erste Erfahrungen
- Ausblick



Hintergrund

- 2,65 Mio. Kinder und Jugendliche im Alter bis zu 18 Jahren leben zeitweise oder dauerhaft mit einem alkoholabhängigen Elternteil zusammen
- Sie stellen die größte Risikogruppe für die Entwicklung eigener Suchtstörungen dar, weisen ein erhöhtes Risiko für andere psychische Störungen auf
- Wenn Eltern an einer Suchtbehandlung teilnehmen, erhalten deren Kinder gegenwärtig nur in 10% aller Fälle ebenfalls Hilfe

Hintergrund

- Es fehlt an öffentlicher Förderung und Aufmerksamkeit
- Es bestehen kaum belastbare empirische Forschungsergebnisse hinsichtlich konkreter Hilfemaßnahmen (bislang nur interne Evaluationen/Dokumentationen)
- Insbesondere fehlen Evaluationen mit Aussagen über die *Wirksamkeit* der verschiedenen Hilfeangebote → publizierte, kontrollierte Evaluationsstudien fehlen im bundesdeutschen Raum nahezu vollständig!

Projektprofil

- Ausschreibung des BMG vom 18.01.2008 für ein modulares Präventionskonzept für Kinder aus suchtbelasteten Familien
- **Ziel: Konzeption und Evaluation eines modularen Präventionskonzeptes für Kinder aus suchtbelasteten Familien**

- Beteiligte Institutionen:
Prof. Dr. rer. nat. Michael Klein
Dr. rer. nat. Diana Moesgen
Dipl. Soz.-Arb. Ellen Pflug

Prof. Dr. med. Rainer Thomasius
Dr. phil. Annika Wiedow
Dipl.-Psych. Sally Kindermann
Dipl.-Psych. Ingeborg Rosch

**Deutsches Institut für Sucht- und
Präventionsforschung (DISuP)
Katholische Hochschule NRW**

**Deutsches Zentrum für
Suchtfragen des Kindes- und
Jugendalters (DZSKJ)
Universitätsklinikum Hamburg-
Eppendorf**

- Projektstart: 01.10.2008
- Projektlaufzeit: 3 Jahre

Gefördert durch das Bundesministerium für Gesundheit
aufgrund eines
Beschlusses des Deutschen Bundestages.



Trampolin Manual

Modular aufgebautes ambulantes Gruppenangebot für
Kinder aus suchtblasteten Familien

- **suchtspezifisch, ressourcenorientiert, frühinterventiv
(→ selektive Prävention)**
- **Manualentwicklung: theoriegeleitet und praxisnah**
- **Alter der Kinder von 8 bis 12 Jahren**
- **Angestrebte Gruppengröße: 6-8 Kinder**
- **10 Module (9 Gruppentreffen für die Kinder, i.d.R.
wöchentlich / ein Elternmodul, aufgeteilt auf zwei
Abende)**



Begleitende Materialien

Trampolin ©
Kinder aus suchtbelasteten Familien entdecken ihre Stärken

www.projekt-trampolin.de



**Ein Glas zu viel
ist ein Vorbild
zu wenig.**

Suchtprobleme in der Familie gehen nicht nur die Eltern an. Besonders die Kinder sind davon betroffen. Schauen Sie nicht weg und melden Sie sich unter

XXX/XX XX XX

Wir helfen, Kinder stark zu machen.

Trampolin ©
Das Projekt für starke Kinder aus suchtbelasteten Familien.

Dank an die Werbeagentur Springer & Jacoby

Projektstatus

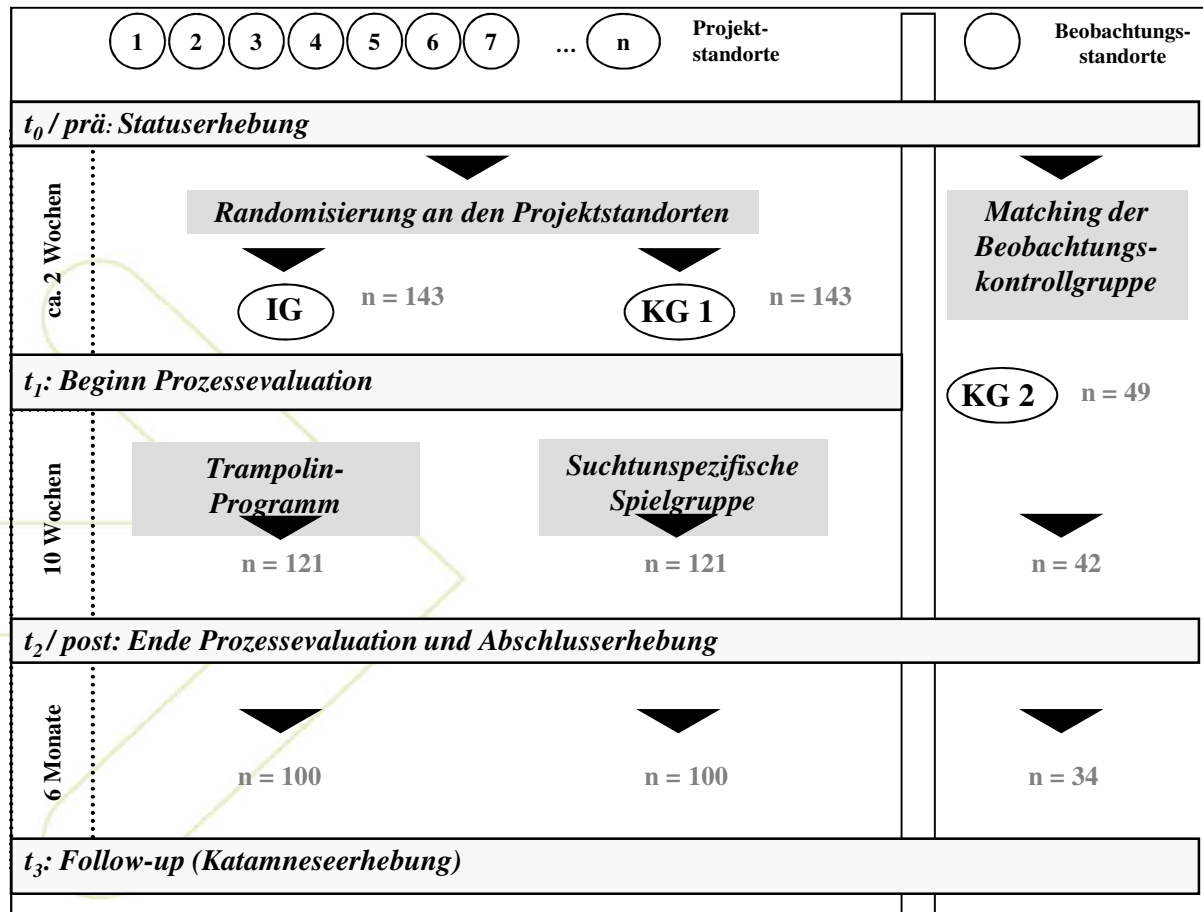
- Konzeptionsphase im 1. Jahr abgeschlossen:
Entwicklung eines Manuals für ein modular aufgebautes Gruppentraining für Kinder aus suchtbelasteten Familien
- Feldphase im 2. und 3. Jahr bis Ende September 2011:
Durchführung der Gruppentrainings und **Evaluation des Manuals**, d.h. Überprüfung der Wirksamkeit des modularen Präventionskonzeptes für Kinder aus suchtbelasteten Familien
- Auswertungs- und Berichtsphase bis Ende März 2012:
Wirksamkeit des Trainings (Trampolin vs. Hüpfburg): N = 231 Kinder im Alter zwischen 7 und 13 Jahren von 38 Beratungsstellen; Haupteffekte; Nebeneffekte

Forschungsdesign

Randomisiert-kontrollierte Überprüfung der Wirksamkeit des Gruppentrainings

- Durchführung bundesweit in ambulanten Einrichtungen der Sucht-, Jugend- und Familienhilfe
- Vergleich der IG („Trampolin“) zu
 - KG1 (suchtunspezifisches, spielpädagogisches Programm „Hüpfburg“) und
 - KG 2 (naturalistische Beobachtungskontrollgruppe)
- Erhebungen zu 3 Messzeitpunkten (einschl. Katamnese)
- Befragung von Kindern, Eltern und Kursleitung
- Mit standardisierten Erhebungsinstrumenten
- Unter Berücksichtigung differenzieller Aspekte (Gender, Alter, Stadt/Land...)

Ablauf der Erhebung



Ein- und Ausschlußkriterien

1. Alter der Kinder bei Beginn der Maßnahme zwischen 8 und 12 Jahren; nach Einzelbeurteilung auch 7 bzw. 13 Jahre
2. Mindestens ein substanzabhängiger (Stief-) Elternteil (positive Diagnose innerhalb des letzten Jahres vor der Intervention), der mit dem Kind zusammenlebt oder regelmäßiger (Wochenend-)Kontakt (in den letzten zwei Jahren mindestens ein halbes Jahr) → „begründeter Verdacht“
3. Keine suchtspezifische Intervention in den letzten 6 Monaten vor Studienbeginn (allgemeine Hilfen sind zulässig)
4. Ausreichende Deutschkenntnisse Kind/Eltern
5. Schriftliche Einverständniserklärung der Eltern
6. Keine Diagnose bzw. kein Verdacht auf eine Fetale Alkoholspektrum-Störung beim Kind (Fetal Alcohol Spectrum Disorders = FASD)

Rekrutierungswege

- Vernetzung mit anderen Beratungsstellen
- Vernetzung mit Einrichtungen der Kinder- und Jugendhilfe
- Kooperation mit dem Jugendamt
- Zusammenarbeit mit Entzugsstationen, Ärzten (auch Kinderärzte) und Psychotherapeuten
- Öffentlichkeitsarbeit in Medien
- Informations-/Akquiseveranstaltungen
- Selbsthilfe
- Niedrigschwellige Angebote
- KiTas/Schulen
- Fortbildungen für Multiplikatoren

Empfehlungen für die Rekrutierungsarbeit

- Kombination bewährter und innovativer Strategien
- Verstärkte Nutzung von vorhandenen Netzwerken und Kontakten zwischen Institutionen
- Weitere Ausweitung bzw. Aufbau neuer Kontakte, Kooperationen und Netzwerke in den Regionen



Überblick

- Hintergrundinformationen zum Projekt Trampolin
- **Allgemeines zum Gruppenangebot „Trampolin“**
- Vorstellung ausgewählter Konzepte
- Erste Erfahrungen
- Ausblick



Ziele der Intervention

Kinder:

- Erlernen effektiver **Stressbewältigungsstrategien** (Umgang mit Emotionen, Problemlösestrategien in der Familie, Hilfesuchverhalten)
- Reduzierung der **psychischen Belastung** durch Auflösung des Tabuthemas Sucht
- Erhöhung des **Kenntnisstandes** der Kinder zur Wirkung von Alkohol/Drogen und dem Effekt von Sucht auf die betroffene Person und deren Familie
- Erhöhung des **Selbstwerts**/Aufbau eines positiven **Selbstkonzepts**
- Erhöhung der **Selbstwirksamkeitserwartung**

Ziele der Intervention

Eltern:

- Stärkung der Eltern in Hinblick auf ihr **Selbstvertrauen** in der Elternrolle
- Förderung der **Erziehungskompetenz**
- Zunehmende **Sensibilisierung** für die Auswirkung elterlicher Sucht auf ihre Kinder
- Ggf. Motivierung zu weiterführenden Maßnahmen (z.B. Erziehungsberatung, Familientherapie)

Wie sollen diese Ziele erreicht werden?

Spezifische Konzeption eines Gruppenprogramms

- Zugeschnitten auf die Zielgruppe
- Modulare Struktur
- Ohne (psycho-)therapeutische Kenntnisse leicht erlernbar
- In verschiedenen Settings einsetzbar
- Kurzzeitintervention
- Manualisiert

Vorgehen bei der Manualentwicklung

Theoriegeleitet:

- Risiko- und Schutzfaktorenmodell, Resilienz- und Ressourcenansatz, Stressbewältigungskonzept

Praxisorientiert:

- Unter Berücksichtigung der Ergebnisse US-amerikanischer Präventionsprogramme für Kinder aus suchtblasteten Familien
- Durch Integration der Erfahrungen in Deutschland: Status-Quo-Erhebung in 48 Einrichtungen mit ambulanten Angeboten für Kinder aus suchtblasteten Familien, Austausch mit Beratungsstellen (2008 – 2009)
- Durch intensive Diskussion auf einer Netzwerkkonferenz (Juni 2009) unter Einbeziehung der Kooperationspartner, des wissenschaftlichen Beirats und des BMG

Trampolin: Modulinhalte

Modulinhalte für die Kinder

- Selbstwert fördern
- Über Sucht in der Familie reden
- Informationen zum Thema Sucht
- Adäquaten Umgang mit Emotionen fördern
- Probleme lösen und Selbstwirksamkeit erhöhen
- Verhaltensstrategien in der suchtblasteten Familie erlernen
- Hilfe und Unterstützung einholen

Modulinhalte Eltern

- Information zum Kurs
- Stärkung der Eltern in ihrer Elternrolle



Trampolin: Modulinhalte

10. Eltern sensibilisieren und stärken (Teil 2)

9. Positives Abschiednehmen

8. Hilfe und Unterstützung einholen

7. Verhaltensstrategien in der Familie erlernen

6. Probleme lösen und Selbstwirksamkeit erhöhen

5. Mit schwierigen Emotionen umgehen

4. Wissen über Sucht und Süchtige vergrößern

3. Über Sucht in der Familie reden

2. Selbstwert/positives Selbstkonzept stärken

1. Vertrauensvolle Gruppenatmosphäre schaffen

10. Eltern sensibilisieren und stärken (Teil 1)

Allgemeiner Ablauf der Module

1. Begrüßungsritual mit „Wetterkarten“
2. Bekanntgabe des „Motto des Tages“
3. Nachbesprechung der „Idee der letzten Woche“ (= Hausaufgabe aus der letzten Woche)
4. Bearbeitung zentraler Themen aus dem Modul mithilfe von Übungen, Rollenspielen, Gesprächen, Spielen, Liedern, Geschichten...
5. Entspannung: Kapitän-Nemo-Geschichten
6. „Idee für die kommende Woche“ (= Hausaufgabe für die nächste Woche)
7. Abschlussritual mit dem „Glücksstein“

Struktur des Programms

- **Wie oft finden die Gruppenstunden statt?**
 - 9 Gruppentermine á 90 Minuten mit jeweils einem zentralen Thema für die Kinder
 - Bei Trampolin zusätzlich 2 Elternsitzungen á 90 Minuten am Anfang und am Ende der Kindergruppen
 - **Wann finden die Gruppen statt?**
 - In der Regel einmal wöchentlich
 - Immer am gleichen Wochentag
 - Immer zur gleichen Uhrzeit
 - zur besseren Planbarkeit und um den Kindern Kontinuität zu bieten
- ggf. Pause in Schulferien

Struktur des Programms

- **Wer führt die Gruppen durch?**
 - Ein(e) Kursleiter(in) pro Kurs
 - Vertretung bei Krankheit oder Urlaub!
 - Anwesenheit von 2. Person (z.B. Praktikant(in)) möglich, aber: passive Rolle!
- **Wo finden die Gruppen statt?**
 - In einem ausreichend großen Gruppenraum
 - In dem Gruppenraum sollte nicht viel Spielzeug herumliegen, zu viel Ablenkung!

Struktur des Programms

- **Wie viele Teilnehmer sind in einer Gruppe?**
 - 6-10 Kinder pro Trampolin-Gruppe
- **Wie kommen die Kinder zu den Gruppen hin?**
 - Ideen:
 - Bring- und Abholdienst
 - Kinder werden von Eltern gebracht und abgeholt

Zentrale Aspekte bei der Durchführung der Module

Sehr gute Vorbereitung:

- ✓ Intensives Lesen des entsprechenden Moduls vor der Sitzung → Ziele, Inhalte und Ablauf sehr gut bekannt sein
- ✓ Bereitstellung aller notwendigen Materialien
 - Benötigte Materialien für Modul besorgen
 - Entsprechende Arbeitsblätter für jedes Kind kopieren
 - ggf. Vorbereitung der Materialien

Manualtreue:

- ✓ Alle Übungen, Spiele etc. werden wie beschrieben und in entsprechender Reihenfolge durchgeführt
 - ✓ Es werden keine Übungen geändert, ausgelassen oder hinzugefügt
 - ✓ Alle Übungen finden im entsprechenden Modul statt, es werden keine Übungen in frühere oder spätere Module verschoben
- ABER: ein wortwörtliches Vorlesen der Instruktionen ist nicht notwendig!

Zentrale Aspekte bei der Durchführung der Module

- ✓ **Wertschätzung** der Kinder
- ✓ **Betonung von Ressourcen** der Kinder
 - Jedes Kind kann die Zielfähigkeiten erlernen
- ✓ Fokus auf **positive Bekräftigung**
 - Kinder werden nicht getadelt oder gestraft, wenn sie etwas nicht direkt verstehen
 - Vielmehr wird der Fokus auf Lob und eine positive Stimmung gelegt

Nachbetreuung

- Alle Kinder und auch die Eltern sollen ermuntert werden, bei Bedarf weitere Hilfen in Anspruch zu nehmen
- Die teilnehmenden Einrichtungen sollten Eltern nach der Durchführung der Programme weiterhin für Informationen zur Verfügung stehen
 - in Bezug auf das Projekt selbst, aber auch in Hinblick auf weitere Beratungs- und Freizeitangebote
- Die teilnehmenden Einrichtungen sollten signalisieren, dass sie Kontakte über die Studie hinaus begrüßen würden

Ziele des Gruppenangebots (= Outcome-Variablen)

Kinder:

- Erlernen effektiver Stressbewältigungsstrategien (Umgang mit Emotionen, Problemlösestrategien in der Familie, Hilfesuchverhalten)
- Reduzierung der psychischen Belastung durch Auflösung des Tabuthemas Sucht
- Erhöhung des Kenntnisstandes der Kinder zur Wirkung von Drogen und dem Effekt von Sucht auf die betroffene Person und deren Familie
- Erhöhung des Selbstwerts/Aufbau eines positiven Selbstkonzepts
- Erhöhung der Selbstwirksamkeitserwartung

Eltern:

- Stärkung der Eltern im Hinblick auf ihr Selbstvertrauen in der Elternrolle
- Förderung der Erziehungskompetenz
- Zunehmende Sensibilisierung für die Auswirkung elterlicher Sucht auf die Kinder

Überblick

- Hintergrundinformationen zum Projekt Trampolin
- Allgemeines zum Gruppenangebot „Trampolin“
- **Vorstellung ausgewählter Konzepte**
- Erste Erfahrungen
- Ausblick



Ausgewählte Konzepte (1)

„Tankstellenübung“

Verhaltensstrategien entwickeln

Bitte schreibt oder malt jetzt mal alle Tankstellen, die Euren seelischen Tank auffüllen auf die Pappkärtchen, die ich Euch mitgebracht haben. Mit Tankstellen sind alle Sachen gemeint, die Euch helfen, gute Gefühle zu erleben.



Sucht erklären

Es gibt aber auch Menschen, die sehen nicht so viele Möglichkeiten in Ihrem Leben, die sie als Tankstellen nutzen können, damit es Ihnen besser geht. Und wenn diese Menschen dann noch über lange Zeit sehr unangenehme Gefühle haben oder viele Schwierigkeiten erleben, dann kann es so extrem werden, dass sie nur noch „Alkohol“ oder „Drogen“ als Tankstelle haben. Aber wie bei Autos, gibt es Unterschiede in der Qualität des Kraftstoffes, der in den Tank kommt...

Ausgewählte Konzepte (2)

„Problemlösehand“

1. **Stopp! Erst nachdenken!**
Was ist nur los? Was hab ich bloß?
- Was möchte ich erreichen? (mein Ziel):

2. **Lösungen suchen**
Und was nun? Was kann ich tun?
- 1)
- 2)
- 3)

3. **Folgen bedenken**
Wenn ich das jetzt wirklich mache, was kommt dann auf mich zu?

	Vorteile	Nachteile
Lösungsmöglichkeit 1:		
Lösungsmöglichkeit 2:		
Lösungsmöglichkeit 3:		

4. **Lösung wählen und durchführen**
Diese Lösung probiere ich aus:

5. **Habe ich mein Ziel erreicht?**
Hab ich erreicht was ich will? Bin ich am Ziel?
War es eine gute Lösung? Was war gut?



„Helfende Hand“

Ich habe hier nun für alle eine Hand aus Pappe. Ich bitte Euch nun, aus den Personen, die Ihr soeben aufgezeichnet habt, bis zu fünf Personen aussucht, von denen Ihr glaubt, dass Sie Euch helfen können und dies auch gerne tun. Außerdem ist es wichtig, dass auch Ihr Euch vorstellen könnt, Euch von dieser Person helfen zu lassen. Bitte schreibt die Namen dieser Personen auf die Finger der Hand. Auf jeden Finger passt eine Person. Das ist dann Eure „Helfende Hand.“ Diese könnt Ihr mit nach Hause nehmen...

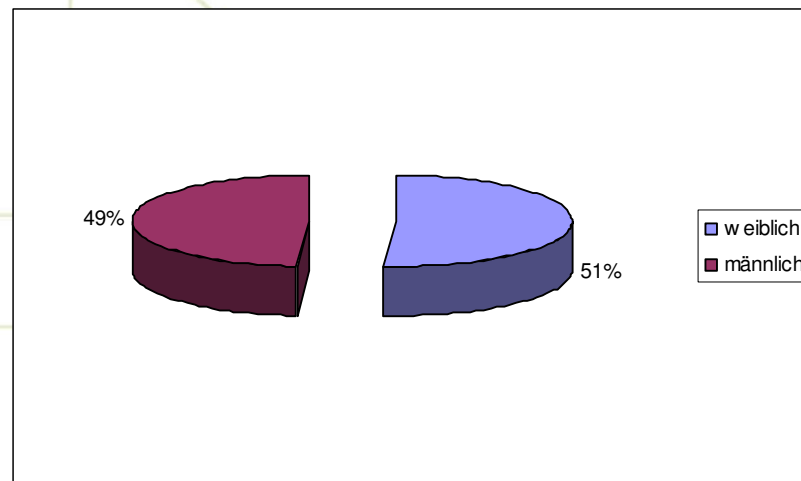
Überblick

- Vorstellungsrunde
- Hintergrundinformationen zum Projekt Trampolin
- Allgemeines zum Gruppenangebot „Trampolin“
- Vorstellung ausgewählter Konzepte
- **Erste Erfahrungen**
- Ausblick



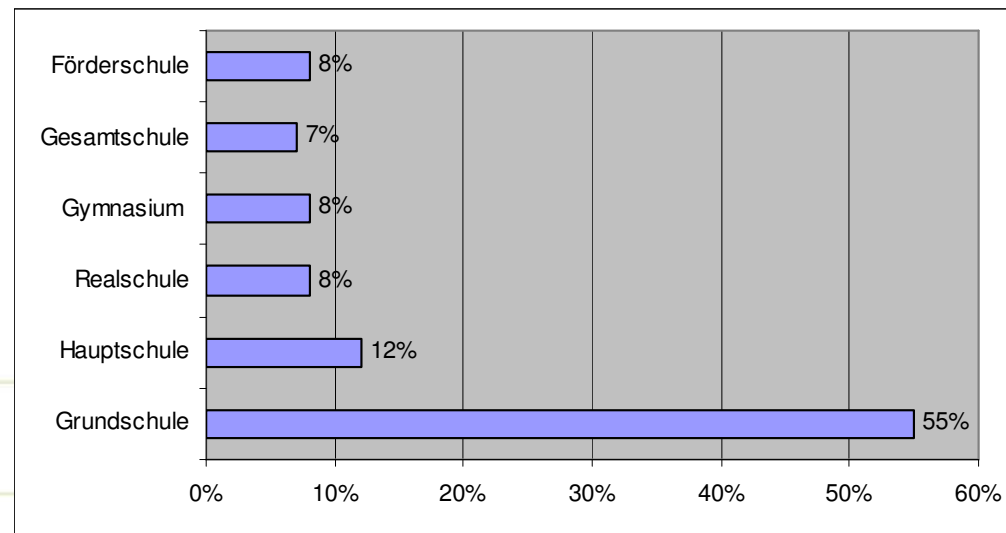
Stichprobe (zum 30.04.2011)

- $N = 192$
- Alter: $M = 9.88$ Jahre ($SD = 1.83$)
- Geschlecht:



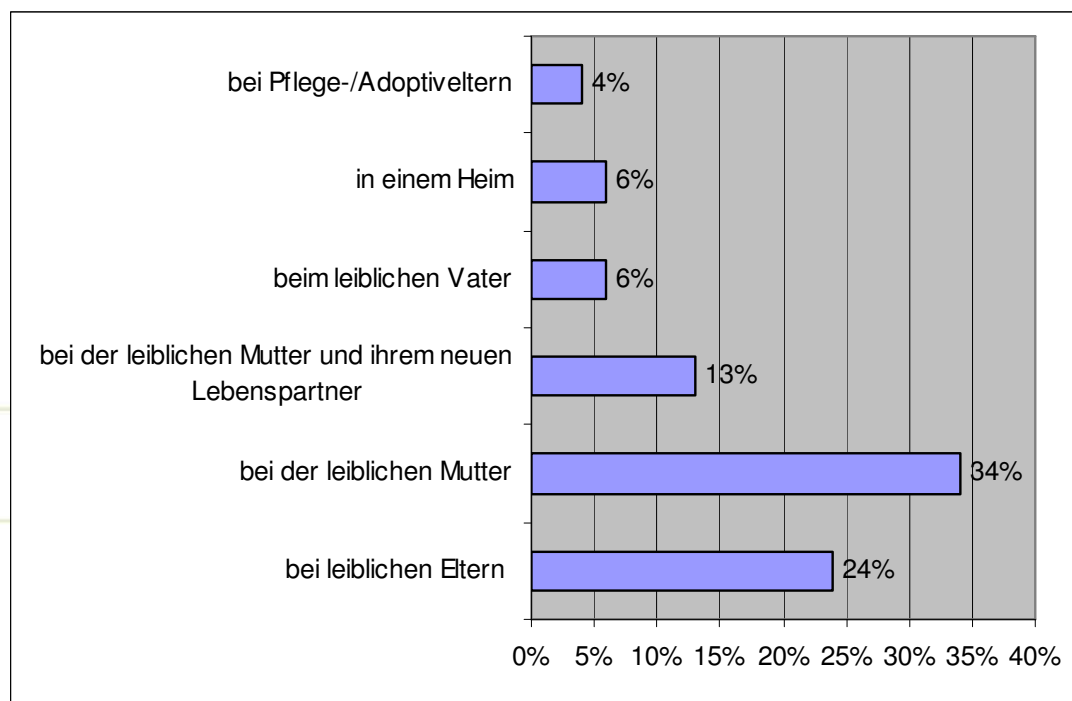
Stichprobe (zum 30.04.2011)

- Schulform:



Stichprobe (zum 30.04.2011)

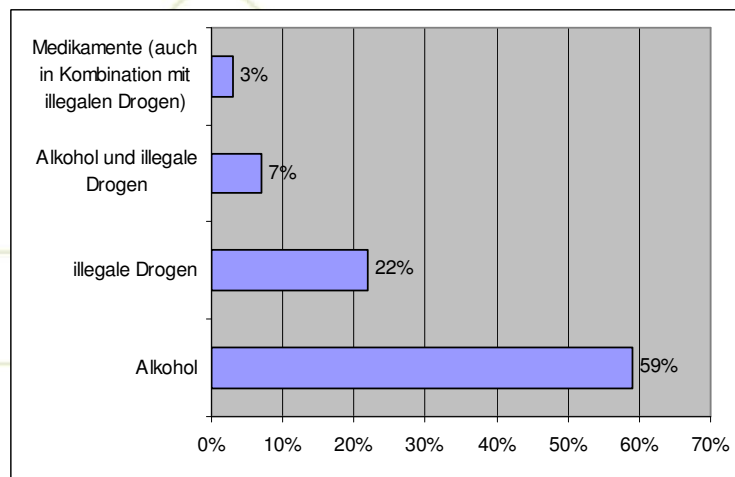
- Wohnsituation:



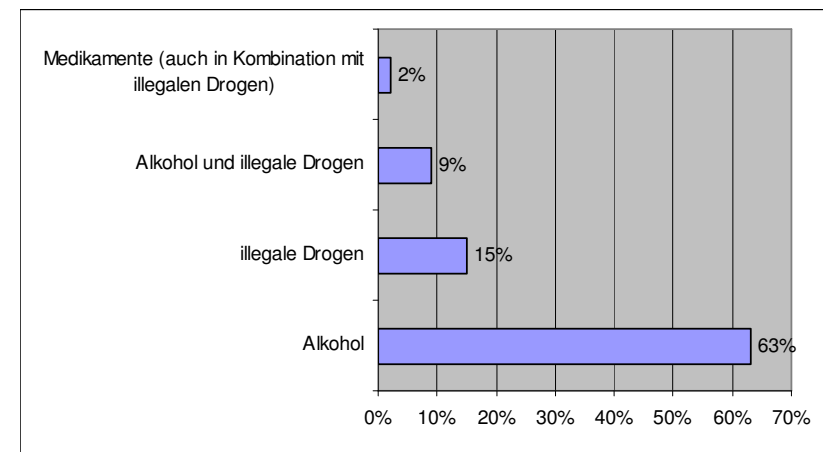
Stichprobe (zum 30.04.2011)

- Art der elterlichen Suchterkrankung:

Wenn Mutter suchtkrank:



Wenn Vater suchtkrank:



Stichprobe (zum 30.04.2011)

- Psychische Symptombelastung der Kinder

Skala des SDQ	Untersuchungsgruppe (n = 155)	Normstichprobe (n = 930)
	<i>M (SD)</i>	<i>M</i>
Emotionale Probleme	3.08 (2.42)	1.53
Verhaltensprobleme	2.98 (2.05)	1.82
Hyperaktivität	4.21 (2.38)	3.19
Probleme mit Gleichaltrigen	2.26 (2.68)	1.59
Prosoziales Verhalten	7.48 (1.95)	7.55
Gesamtproblemwert	12.37 (6.54)	8.13

Erste Erfahrungen (qualitative Auswertung)

Erfreuliches

- Einhaltung des Zeitplans nach Manual gut möglich, wenn Schwierigkeiten, dann durch Gruppendynamik
 - Bewegungsspiele und Basteln kommen bei den Kindern sehr gut an
 - Trotz erster Skepsis bei Rollenspielen können die Kinder in der Regel gut mitgerissen werden
 - Viele Kinder fanden es gut, dass über Alkohol/Drogen berichtet wurde; ein Mädchen sagte, es wäre ihr nun klar, dass sie keine Schuld hätte
- Je länger die Gruppen bestehen, desto weniger Schwierigkeiten werden berichtet!

Erste Erfahrungen (qualitative Auswertung)

Kritisches

- Kinder wünschen sich mehr Spiele
- Einige Teile recht kognitiv, für jüngere Kinder teils schwierig
- Gemischte Rückmeldungen zu den Kapitän-Nemo-Geschichten
- Altersspanne zwischen den Kindern sollte nicht zu groß sein, ideales Alter: 4. Grundschulklasse

Ausblick

- Letzte Gruppenstarts: Juni 2011
- Offizielles Ende der Feldphase: September 2011
- Danach: Auswertung der Daten (= Evaluation des Programms)
- Perspektivisch:
 - Veröffentlichung des Manuals
 - Weitere bundesweite Schulungen künftiger Kursleiter
 - Weitere Publikationen in Fachzeitschriften
 - Vorstellung der Hauptergebnisse auf Fachtagung im Febr. 2012 in Köln
 - Weitere Vorträge auf Fachtagungen



Warum „Trampolin“?

Es schützt und fängt sanft auf



Es ermutigt und fördert größere Sprünge

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!

Kontakt:

Prof. Dr. Michael Klein

Deutsches Institut für Sucht- und
Präventionsforschung (DISuP)

Katholische Hochschule Nordrhein-
Westfalen
Wörthstraße 10 – 50668 Köln

Telefon 0221-7757-173

E-Mail: Mikle@katho-nrw.de

www.disup.de

www.projekt-trampolin.de

