

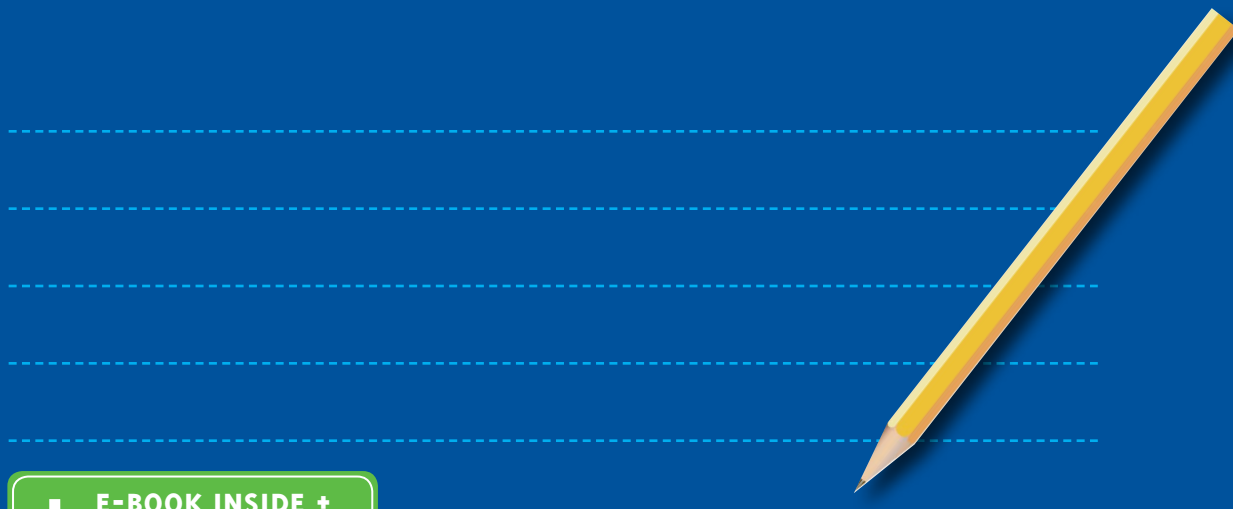


Petermann

THERAPIE-TOOLS



Eltern- und Familienarbeit



E-BOOK INSIDE +
ARBEITSMATERIAL

BELTZ

Verhaltenstagebuch

Was Sie Tag für Tag im Umgang mit Ihrem Kind erleben, lässt Sie selten »kalt«. Immer sind Sie mit Ihren Gefühlen dabei und häufig ist es schwer, ruhig zu bleiben. Aus diesem Grund sollen Sie in dem folgenden Verhaltenstagebuch nicht nur das Verhalten Ihres Kindes notieren, sondern immer auch angeben, welches Gefühl Sie dabei erleben. Gefühle verändern sehr stark die Dinge, die wir wahrnehmen.

Bitte bedenken Sie, dass neben Ihren Gefühlen das Problemverhalten Ihres Kindes sowohl von Ereignissen vor dem Vorfall als auch nach dem Vorfall beeinflusst wird. Bitte füllen Sie aus diesem Grund alle Spalten aus. Orientieren Sie sich an dem Beispiel, das in der ersten Zeile der Übersicht angedruckt ist.

Problemverhalten meines Kindes:	Wann und wo aufgetreten?	Meine Stimmungslage war dabei:	Was ereignete sich vor dem Vorfall?	Was ereignete sich nach dem Vorfall?
Kind verweigert Schulbesuch	7:30 Uhr morgens	verzweifelt/hilflos	Kind äußerte Bauchschmerzen	Kind durfte zuhause bleiben und sich entspannen


Problem-Protokoll



Bitte wählen Sie einen Tag am nächsten Wochenende aus, an dem Sie (getrennt für den Vor- und Nachmittag) Probleme Ihres Kindes in der folgenden Tabelle notieren.

Tag:	Vormittag	Nachmittag
Das unerfreuliche Ereignis war:
(1) Mein Kind hatte keine angemessene Idee, um das Problem zu lösen.	Folgendes ereignete sich:	Folgendes ereignete sich:
(2) Mein Kind konnte seine Gefühle nicht gut steuern.	Folgendes ereignete sich:	Folgendes ereignete sich:
(3) Mein Kind hatte keine Ausdauer bei der Problemlösung oder unternahm keine Anstrengungen.	Folgendes ereignete sich:	Folgendes ereignete sich:
(4) Mein Kind bat niemand um Unterstützung bei der Problemlösung.	Folgendes ereignete sich:	Folgendes ereignete sich:
(5) Mein Kind wurde von mir wegen seines Verhaltens kritisiert.	Meine Kritik äußerte ich wie folgt:	Meine Kritik äußerte ich wie folgt:

Stärken-Protokoll

 Bitte wählen Sie einen Tag am nächsten Wochenende aus, an dem Sie (getrennt für den Vor- und Nachmittag) Stärken Ihres Kindes in der folgenden Tabelle notieren.

Tag:	Vormittag	Nachmittag
Das erfreuliche Ereignis war:
(1) Mein Kind konnte das Problem klug lösen.	Folgendes ereignete sich:	Folgendes ereignete sich:
(2) Mein Kind konnte seine Gefühle gut steuern.	Folgendes ereignete sich:	Folgendes ereignete sich:
(3) Mein Kind war besonders ausdauernd bei der Problemlösung oder unternahm dafür auch größere Anstrengungen.	Folgendes ereignete sich:	Folgendes ereignete sich:
(4) Mein Kind bat ein Familienmitglied angemessen um Unterstützung bei der Problemlösung.	Folgendes ereignete sich:	Folgendes ereignete sich:
(5) Mein Kind wurde von mir für seine Stärken gelobt.	Meine Freude äußerte sich wie folgt:	Meine Freude äußerte sich wie folgt:

Checkliste: Familiäre Belastungen und Krisen




Belastungen und Krisen in Familien treten naturgemäß auf, wobei manche Belastungen (z. B. Geburt eines Geschwisterkindes) durchaus als sehr positiv von allen Familienmitgliedern bewertet werden. Dennoch führen auch freudige Ereignisse zu folgenreichen Veränderungen in der Familie, da sich das Zeitbudget, die familiären Aufgaben und Pflichten u. Ä. verändern. Um die Vielzahl solcher kritischen Lebensereignisse bei der Elternexploration nicht aus dem Blick zu verlieren, kann die folgende Checkliste nützlich sein. Bei der abschließenden Bewertung der Lebensereignisse sollte Folgendes beachtet werden:

- ▶ Prinzipiell können die Effekte identischer Lebensereignisse bei verschiedenen Familienmitgliedern und unterschiedlichen Familien extrem variieren.
- ▶ Der Effekt von Lebensereignissen hängt von den Vorerfahrungen und Ressourcen der Familie ab, die diese im Rahmen der Verarbeitung solcher Ereignisse bereits sammeln konnte.
- ▶ Generell treten bei mehreren gleichzeitig auftretenden kritischen Lebensereignissen stärkere Effekte auf.
- ▶ Familien unterscheiden sich nicht nur in ihrer Bewertung von kritischen Lebensereignissen, sondern vor allem darin, in welcher Offenheit sie über belastende Themen sprechen möchten und können. Manche Ereignisse (z. B. familiäre Gewalterfahrungen, sexuelle Übergriffe) fallen in den Tabu-Bereich vieler Familien und sind schwer zugänglich oder werden erst nach einem länger andauernden Prozess thematisiert.

Checkliste möglicher familiärer Belastungen und Krisen

- ▶ Geburt eines Geschwisterkindes
- ▶ Tod einer nahestehenden Person/eines Familienmitglieds
- ▶ Auszug eines Familienmitglieds aus dem Elternhaus (z. B. bei älteren Geschwistern)
- ▶ Trennung und Scheidung
- ▶ chronische Krankheiten eines Familienmitglieds aus dem Elternhaus (mit Bedarf an häuslicher Pflege)
- ▶ beruflicher Stress
- ▶ Partnerschaftskrisen der Eltern
- ▶ neue Partnerschaft eines Elternteils oder beider Elternteile
- ▶ Umzug (aus beruflichen oder privaten Gründen)
- ▶ Verlust des Arbeitsplatzes
- ▶ Veränderungen am Arbeitsplatz (z. B. durch die Einführung von Schichtarbeit)

Unsere Absprache von heute

 Datum:

Mutter: Vater:

Kind: Therapeut/Therapeutin:

In der heutigen Sitzung haben wir viele Ideen gesammelt, die jetzt in Ihrer Familie umgesetzt werden sollen. Fünf Dinge müssen wir festlegen:

Wer

übernimmt was

wann

wo

wie oft

Bitte notieren Sie Ihre Bemühungen und nehmen Sie mit mir telefonisch Kontakt auf, wenn Probleme auftreten. Um Erfolge und Rückschläge beurteilen zu können, notieren Sie in der folgenden Tabelle, was Sie angepackt haben.

Wochentag	Woche von bis	Woche von bis	Woche von bis
Sonntag			
Montag			
Dienstag			
Mittwoch			
Donnerstag			
Freitag			
Samstag			