



Online Eltern-Training

TherapeutInnen suchen derzeit vermehrt nach Möglichkeiten, um Kinder und Eltern trotz Corona zu erreichen. Viele haben in den letzten Wochen auf online – Formate zurückgegriffen. Nun haben Thongseiratch, Leijten und Melendez-Torres (2020) die bisherigen Erfahrungen dazu zusammengetragen und die Nützlichkeit sowie die Wirksamkeit untersucht. Sie fanden 12 Studien mit insgesamt 2.025 Kindern (Altersspanne 3-9 Jahre). Die Kinder wiesen diagnostizierte (expansive) Verhaltensschwierigkeiten auf, in einer Studie lagen Ängste vor. Die Mehrzahl der Kinder waren dementsprechend Jungen.

Zunächst überrascht die Vielfalt der online Methoden, die in den Primärstudien eingesetzt wurden: Abrufbare Videos, Webseiten mit den Trainingsinhalten, eine spezielle APP, online Life-Training, Podcast sowie deren Kombination mit Telefonaten und Erinnerungsschreiben. Als Kontrollgruppe dienten in der Hauptsache Eltern, die sich zur Beratung auf Wartelisten befanden, oder Eltern, die mit einem schriftlichen Manual arbeiteten. Bei den Elterntrainings handelt es sich um bekannte Programme wie Triple-P, Magic Life oder I-Interact, die sich in den herkömmlichen Durchführungsformen schon als wirksam bewährt haben. Sie wurden an die online Formate angepasst. Die Studien stammen aus Schweden, Finnland, Neuseeland, Großbritannien und den USA.

Im Ergebnis erweisen sich die online Programme als signifikant wirksam. Die Verhaltensprobleme der beteiligten Kinder verringern sich (Hedges $g = -0,32$) ebenso ihre emotionalen Schwierigkeiten (Hedges $g = -0,22$), und die Gesundheitsprobleme der Eltern nehmen ab (Hedges $g = -0,30$). Als besonders nützlich war es, die Eltern mit kurzen Erinnerungsschreiben an die Durchführung der Trainingsinhalte zu erinnern. Darin wurden sie beispielsweise angehalten, ihre Kinder beim Lösen von Problemen zu unterstützen, ihnen bei der emotionalen Selbststeuerung zu helfen und die Beziehung zu Freunden zu fördern.

Kommentar:

Die Wirksamkeit der online Trainings bewegt sich im niedrigen Bereich. Das ist nicht verwunderlich, denn es handelt sich um eine wenig intensive Maßnahme. Dass sowohl Eltern als auch Kinder dennoch davon profitierten, ist eine gute Nachricht. Nachahmenswert scheint auch das Versenden von Erinnerungsschreiben, weil die Eltern dadurch im Programm gehalten werden.

Die Studie ermutigt, neue Wege in der Versorgung von Eltern und Kindern zu gehen und derartige Angebote als niedrigschwellige indizierte Prävention beispielsweise für Eltern anzubieten, die auf



Professor Lauth

Weiterbildung - Coaching - Beratung

einer Warteliste stehen. Ein online Training kann dann eine Therapie vorbereiten, ergänzen oder virtuell fortführen.

Thongseiratch, T., Leijten, P. & Melendez-Torres, G. J. (2020). Online parent programs for children's behavioral problems: a meta-analytic review. European Child & Adolescent Psychiatry, 1-14.