

# Primäre Prävention mit neuen Medien – Angebote für Eltern

Yves Hänggi, Meinrad Perrez

Universität Fribourg, Schweiz

## *Primary Prevention with Modern Media – Opportunities for Parents*

**Summary:** Since the ninety-sixties numerous preventive programs for parenting have been developed and evaluated. In recent years we have seen new approaches to prevention in this field. The innovative aspect consists in the use of new media technology, particularly film, CD-ROM and internet. Their specific advantages and disadvantages depend on the particular purposes of preventive programs which are usually devised to inform, counsel or train parents with respect to parenting problems and skills. The present paper asks how to evaluate these new programs and discusses their contribution to prevention.

A search for film, CD-ROM and internet-based material, addressed mainly to parents in the German speaking part of Europe, was conducted. This review provides an introduction to some typical programs and their empirical evaluation.

The results of this review show that the knowledge about efficacy and efficiency of these innovative programs is currently rather poor. However the evidence base is better for CD-ROM based programs and most studies converge in finding high consumer satisfaction for participants or users of such programs. These programs seem to respond to a real need and they allow access to target groups not ready to participate in face-to-face programs.

**Keywords:** Primary prevention, new media, CD-ROM, internet, efficacy

**Zusammenfassung:** Seit den 60er Jahren werden immer mehr Präventionsprogramme für Eltern entwickelt und angeboten. In den vergangenen Jahren kamen vermehrt Programme auf den Markt, die teils oder ganz mit neuen Medien vermittelt werden (Film, CD-ROM, Internet). Je nach Beschaffenheit des Mediums kann Aufklärung bzw. Informationsvermittlung, Beratung oder Training als Präventionsmethode eingesetzt werden und es ergeben sich spezifische Vor- und Nachteile. Der vorliegende Beitrag systematisiert bisherige einschlägige Präventionsprogramme und fragt nach ihrer Wirksamkeit. Es wurden Film-, CD-ROM- und Internet-basierte Programme ausfindig gemacht, die sich vorwiegend an deutschsprachige Eltern richten. Exemplarisch werden einige Programme vorgestellt und deren Wirksamkeit durch einschlägige Studien beurteilt, falls solche bereits vorliegen. Ergebnisse: Der empirische Kenntnisstand ist als sehr gering einzustufen. Einzige Ausnahme bilden die CD-ROM-basierten Interventionen. Die gefundenen Resultate sprechen für eine hohe Zufriedenheit mit den Angeboten. Eine abschließende Beurteilung der Wirksamkeit kann noch nicht vorgenommen werden. Die gesichteten Studien lassen jedoch vermuten, dass mit Hilfe neuer Medien wirksame Prävention betrieben werden kann.

**Schlüsselbegriffe:** Primäre Prävention, neue Medien, CD-ROM, Internet, Wirksamkeit

Die Förderung von Erziehungskompetenzen mit der primärpräventiven Zielsetzung hat eine lange Tradition. Einen mächtigen Auftrieb erhielt die erzieherische Prävention in den 60er Jahren durch die Head-Start-Programme, die brach liegende Entwicklungspotenziale der Kinder von unterprivilegierten Segmenten der US-Gesellschaft aktivieren und fördern soll-

ten. Die sich in diesem Umfeld entwickelnde Vielfalt an Programmen kann nach dem Ort der Intervention in „home-based“, „center-based“ und „community-based“ unterteilt werden (Perrez, 1994). In allen Fällen waren und sind die intervenierenden Akteure Personen, die Eltern, Kinder und Verantwortliche zu beeinflussen versuchen. Auch im deutschen

Sprachraum ist seit den 70er Jahren die Entwicklung und Erprobung von präventiven Elternprogrammen im Gange. Diese sind im Unterschied zu den genannten amerikanischen normalerweise auf deutlich kürzere Interventionszeiten angelegt, nämlich auf mehrere Wochen, statt Monate oder Jahre (Perrez, 1980). Eine Alternative zu den traditionellen Trainingsangeboten stellen die sogenannten Biblio-Interventionen dar. In den letzten Jahren sind zahlreiche Programme für Biblio-Interventionen für therapeutische (z. B. Hunt & Adams, 1989) und präventive Zwecke (Bodenmann, Moser, Widmer & Cina, 2001), einzelne auch für Kinder (vgl. Pardeck & Pardeck, 1997) entwickelt und zum Teil evaluiert worden. Als eine Variante davon können die präventiven Elternbriefe verstanden werden, die junge Eltern in kritischen Übergangsphasen bei der Bewältigung der Aufgaben unterstützen sollen (El-Giamal, 1999). Biblio-Interventionen basieren nicht auf der Interaktion zwischen präventiven Interventionsexperten und den Eltern als Adressaten, sondern auf gedruckter Unterweisung. Eltern versuchen ihre Erziehungskompetenz über Anregungen zu verbessern, die auf dem Print-Weg vermittelt werden.

Aber hätte Gutenberg, als er 1450 den Buchdruck erfand, erträumen können, dass seine revolutionäre Erfindung ein halbes Jahrtausend später dank „ePaper“ obsolet würde? CD-ROM und Internet sind nur zwei Technologien, die seit rund 15 Jahren in Konkurrenz zu herkömmlichen Printmedien stehen. Ob neuere Technologien die Printmedien ganz oder zum größten Teil ablösen werden, sei dahingestellt. Sie eröffnen jedoch die Möglichkeit, neue Wege der Prävention zu beschreiten. In diesem Artikel wird auf präventive Angebote eingegangen, die sich neuer Medien bedienen und sich an Eltern richten. Das Hauptgewicht liegt dabei auf deutschsprachigen Film-CD-ROM- und Internet-basierten Ansätzen. Ziel ist es, auf dem Hintergrund eines zweidimensionalen Kategoriensystems ausgewählte Angebote vorzustellen und deren

Wirksamkeit zu beurteilen. Auf Grund von der beinahe unüberschaubaren Vielzahl wird auf die detaillierte Besprechung von Präventionsansätzen mit Printmedien verzichtet (interessierte Leser seien z. B. auf Freimuth, 1987 verwiesen).

Das Kategoriensystem, das im Folgenden skizziert wird, besteht aus den zwei Achsen „Interventionsmethode“ und „Medium“ (vgl. Tabelle 1). Für die erste Achse unterschieden wir in Anlehnung an Perrez (1994) drei Interventionsmethoden, die bei der Prävention zur Anwendung kommen. Einmal nennt Perrez die Aufklärung bzw. Informationsvermittlung als Methode. Aufklärung ist dann angezeigt, wenn Wissensdefizite oder fehlerhafte kognitive Repräsentationen eine Handlungsgrundlage darstellen, und gehofft werden kann, durch Informationen die Handlungsgrundlage zu verbessern. Als Beispiele können Infohefte, Berichte in Familienzeitschriften und Rätegeber-Bücher aufgezählt werden. Die zweite Methode ist die Beratung. Bei der Beratung werden die Handlungsgrundlagen ebenfalls durch Informationsvermittlung zu verbessern versucht. Im Unterschied zu Aufklärungskampagnen richtet sie sich an Ratsuchende, erfolgt normalerweise über einen persönlichen Kontakt und orientiert sich an umschriebenen Problemen der Beratenen. Nebst der Informationsvermittlung ist auch die Person des Beraters wichtig, die durch Merkmale der Gesprächsgestaltung die Akzeptanz der Information erleichtern kann. Beispiele sind (z. T. staatlich getragene) Beratungsinstitutionen oder -stellen, die präventiv tätig sind und kostenlose Schwangerschafts-, Erziehungs- und Familienberatungen anbieten. Perrez nennt als dritte Methode das Training. Trainingsmethoden sind dann angezeigt, wenn das Risikoverhalten bereits starken Gewohnheitscharakter hat oder das neu zu erwerbende Verhalten für seinen Aufbau und seine Festigung der Übung bedarf. Als Mittel kommen nebst der Wiederholung/Übung auch Rollenspiele, Modelle als Vorbild, unmittelbare Verhaltenskorrektur bzw. -optimierung

Tabelle 1: Kategoriensystem mit ausgewählten Beispielen

	Interventionsmethode		
Medium	Aufklärung	Beratung	Training
Printmedien	<b>Elternbriefe</b> (El-Giamal, 1999) <b>Babyjahre</b> (Largo, 1999)	<b>Das Eltern-Survival-Buch</b> (Nussbaum, Stamer-Brandt & Stiefenhofer, 2003) <b>Eltern fragen ...</b> (Familie&Co, 2003)	<b>Das Anti-Stress-Programm für die Familie</b> (Rogge, 2003) <b>Pubertät – Das Überlebenstraining für Eltern</b> (Wüschner, 2003)
Telefon, Mobiltelefon		<b>Eltern Notruf</b> (Infos unter <a href="http://www.elternnotruf.ch">http://www.elternnotruf.ch</a> )	
Radio, TV, Video	<b>Servicezeit Familie</b> (Ratgebersendung beim WDR) <b>Triple P Radio- und TV-Spots, Triple P Video</b> (Sanders, Turner & Markie-Dadds, 2002)		<b>Triple P Video</b> (Sanders, Turner & Markie-Dadds, 2002) <b>Videobasiertes Anti-Aids Training für Familien</b> (engl.; Winett, 1993)
CD-ROM	<b>Willkommen im Leben! Ein Ratgeber für das erste Lebensjahr</b> (Achsensprung, o. J.; <a href="http://www.dach-cd.de">http://www.dach-cd.de</a> )		<b>Parenting Wisely</b> (engl.; Gordon, 2000) <b>Freiheit in Grenzen</b> (Schneewind, 2004)
Internet	<b>Eltern im Netz</b> ( <a href="http://www.elternimnetz.de">http://www.elternimnetz.de</a> ) <b>Online-Familienhandbuch</b> ( <a href="http://www.familienhandbuch.de">http://www.familienhandbuch.de</a> ) <b>starke-eltern.de</b> ( <a href="http://www.starke-eltern.de">http://www.starke-eltern.de</a> ).	<b>bke-Elternberatung.de</b> ( <a href="http://www.bke-elternberatung.de">http://www.bke-elternberatung.de</a> ) <b>theratalk®</b> ( <a href="http://www.theratalk.de">www.theratalk.de</a> )	<b>theratalk®</b> ( <a href="http://www.theratalk.de">www.theratalk.de</a> ) <b>CoupleCoaching®-Interactive</b> ( <a href="http://www.couplecoaching.de">www.couplecoaching.de</a> ) <b>Online Elterntaining zur Bewältigung von Familienstress</b> ( <a href="http://www.elterntraining.ch">www.elterntraining.ch</a> )

durch Rückmeldung, selbst entdeckendes Lernen, mentales Training zur Vorwegnahme künftiger Ereignisse usw. zum Einsatz. Die meisten Präventions- und Optimierungsprogramme enthalten Trainingselemente als mehr oder weniger zentrales Interventionselement. Die zweite Achse des Kategoriensystems beinhaltet unterschiedliche Medien. Zu den neuen bzw. erstmals neuen Medien können die Printmedien, das Telefon, das Mobiltelefon mit z. B. Kurzmitteilungen (SMS), das Radio, verschiedene Arten von Tonträger (Audiokassetten, CD), der Fernseher, Video, CD-ROM und das Internet gezählt werden.

Die verschiedenen Medien zur Durchführung präventiver Interventionen haben alle ihre Vor- und Nachteile. In Anlehnung an die Überlegungen verschiedener Autoren (z. B. Döring, 2000 b; Eichenberg & Ott, 2003; Gordon, 2000; King & Moreggi, 1998; van Well, 2000) wurde in Tabelle 2 eine Zusammenstellung der Vor- und Nachteile nach Schlagworten vorgenommen. Bei den Nachteilen geht der Tenor in die Richtung, dass die eingeschränkte Kommunikations- und Interaktionsmöglichkeit zwischen dem Anwender und dem Anbieter einen Qualitätsverlust darstellt, der kaum wettgemacht werden kann. Inter-

Tabelle 2: Vor- und Nachteile der Prävention mit neuen Medien

Stichwort	Vorteil	Nachteil
Anonymität	Anonyme oder pseudonyme Teilnahme möglich; niedrige Schwelle; höhere Selbstöffnung; keine Exposition in der Öffentlichkeit; keine Urteile durch andere	Teilnahme ist wenig bindend, Ausstieg ist jederzeit ohne Sanktionen möglich; Grenzen überschreitende (normverletzende) Kommentare schneller möglich (flaming); Überprüfung der Professionalität des Anbieters ist schwierig
Alokalität/ Organisation	Bessere Erreichbarkeit, es können große Personenkreise erreicht werden; Informationen sind der breiten Bevölkerung zugänglich; geringer Aufwand für Nutzer: Keine Anfahrtswege, kein Babysitter notwendig, Teilnahme von zu Hause aus möglich; keine Wartezeiten	Kein „geschützter“ Rahmen; Teilnahme nur so nebenbei; Störungen
Zeitunabhängigkeit	Teilnahme rund um die Uhr möglich	Intervention bei Krisen kann zu spät erfolgen
Medium (Video, PC, Internet)	Interaktive Elemente verstärken den Lernerfolg (im Vergleich zu Printmedien); Wiederholung oft möglich; Fokus auf den Inhalt	Medium spezifische Kompetenz notwendig (z. B. internetbasierte Kommunikation); Teilnahme setzt Zugang zum Medium voraus (z. B. PC); zwischenmenschliche Erfahrung ist reduziert
Schriftliche Kommunikation	Beschränkung auf das Wesentliche; verlangsamte Interaktionsfrequenz (es bleibt Zeit zum Nachdenken); synchroner und asynchroner Austausch möglich; gespeicherte Inhalte bleiben verfügbar	Fehlen von nonverbalen Hinweisreizen; das Wissen um das Speichern von Mitteilungen kann befangen machen
Video-basierte Modelle	Wiederholt anschaulich; Modelle können in „realen“ Situationen beobachtet werden	Das Einüben des Modellverhaltens kann nicht face to face betreut und modifiziert werden
Selbsthilfe	Bei umrissenen Problemen eine effiziente Form der Prävention (z. B. durch Ratschläge aus dem Internet); Internet ermöglicht Vernetzung von Betroffenen mit seltenen Problemen; Betroffene sind in der Gestaltung der Art und Dauer des Kontaktes autonom	Indikation muss selber gestellt werden; Beurteilung der Güte von Interventionen ist oft dem Nutzer überlassen; relevante Informationen müssen selber gesucht werden; Informationen können missverstanden werden und eine Rücküberprüfung durch Spezialisten ist nur bedingt möglich

ventionen mit neuen Medien, so die daraus folgende Schlussfolgerung, dürften daher immer nur eine Ergänzung zu herkömmlichen face-to-face Methoden bleiben. Die deutlichsten Vorzüge werden in der Anonymität und der Alokalität der neuen Medien gesehen. Po-

pulationsbezogene Prävention kann kostengünstig und zeiteffektiv durchgeführt werden. Zudem können Personen, ohne sich exponieren und organisieren zu müssen, an einer Intervention teilnehmen. Angebote mit neuen Medien können daher eine Gelegenheit für

spezielle Personengruppen sein, überhaupt Zugang zu Präventionsangeboten zu haben (z. B. Personen mit psychischen oder physischen Handicaps, Eltern, die mit der Fremdbetreuung der Kinder Schwierigkeiten haben, Personen, die abgelegen wohnen, etc.). Darin dürfte ein großer Vorzug der Prävention mit neuen Medien liegen.

### Film-basierte Prävention

Mit dem Aufkommen von Massenmedien wurde über deren Einsatz für populationsbezogene Prävention nachgedacht und erste Versuche wurden unternommen. Die ersten Projekte wurden oft ohne theoretische Konzepte und ohne Vorstudien durchgeführt, was, wie Winett (1993) anmerkt, nicht überraschend zur Annahme führte, dass mittels Massenmedien höchstens die Einstellung, nicht aber das Verhalten verändert werden könne. Zu einem solchen Projekt kann der „Scared Straight“-Film gezählt werden, der die Verminderung der Jugendkriminalität zum Ziel hatte. Der Film beschreibt das harte Leben und die Schock-Therapie von Langzeit-Gefängnisinsassen. „Scared Straight“ war ein großer Erfolg, erhielt Auszeichnungen und wurde 1979 an über 200 Fernsehstationen großer US-Städte ausgestrahlt. Trotz der Popularität schien der Film bei der Zielgruppe nur kleine Effekte gehabt zu haben (Heeren & Shichor, 1984). Winett (1993) bemängelte ferner nicht nur die Durchführung, sondern auch die Evaluationsmethoden vieler Medien-basierter Präventionsansätze, beispielsweise die oft zu geringe Anzahl Studienteilnehmer. Trotzdem konnte Winett Studien finden, die vermuten lassen, dass Massenmedien durchaus anhaltende Veränderungen im Verhalten bewirken können. Selber führte der Autor eine theoretisch fundierte *Aids-Prävention in Familien mit jüngeren Teenagern* durch (Winett et al., 1993). Die Familien bekamen zu Hause ein Video über die Immunschwäche-Krankheit zu sehen. Der Film sollte als Grundlage der Diskussion zwischen den Eltern und der/des Jugendlichen dienen, Modelle zeigen und zu Verhaltens-

übungen einladen. Gordon (2000) sichtete diverse Studien, die die Wirksamkeit von Selbsthilfevideos für Eltern belegen. Video-basierte Interventionen waren schriftlichen Instruktionen, Vorträgen, In-vivo-Präsentationen und Rollenspielen überlegen und wiesen eine hohe Wirksamkeit auf (Segal, Chen, Gordon, Kacir & Gyls, 2003).

Beispielsweise hat in Australien die Arbeitsgruppe um Matthew R. Sanders ein Video angefertigt, das den Eltern positive Erziehungsstrategien aufzeigt (*Triple P Video*; die deutsche Übersetzung kann unter <http://www.triplep.de> oder <http://www.triplep.ch> bezogen werden). Zum Zweck populationsbezogener Prävention wurden jeweils 5-minütige Ausschnitte dieses Videos in einer 12-teiligen Fernsehserie „Families“ im öffentlichen Fernsehen ausgestrahlt. Die Eltern der Interventionsgruppe (N = 28; gleichgroße Warteliste-gruppe) waren sehr zufrieden mit der Fernsehserie und die positiven Effekte auf die erlebte Selbstkompetenz der Mutter und das Problemverhalten der Kinder hielten über einen Zeitraum von sechs Monaten an. Die Effekte lagen im kleinen bis mittleren Bereich (Sanders, Montgomery & Brechman-Toussaint, 2000; Sanders, Turner & Markie-Dadds, 2002). Ferner wurden Informationen zum positiven Umgang mit häufigen Erziehungsschwierigkeiten in 40 einminütigen Radiospots, 52 Zeitungskolumnen und einem TV-Werbespot an die Öffentlichkeit herangetragen.

Im deutschen Fernsehen sind zurzeit ebenfalls Sendungen mit präventivem Impact zu sehen. Beispielsweise strahlt der WDR in der „*Servicezeit Familie*“ Sendungen zu verschiedenen Fragen des Familienlebens aus, in denen u. a. Schwierigkeiten mit der Erziehung, der Pubertät oder der Gewalt thematisiert werden. RTL zeigt unter dem Titel „*Die Super Nanny*“ oder RTL 2 unter „*Die Super-Mamas – Einsatz im Kinderzimmer*“ Reality-Serien mit Interventionen von Erziehungshelferinnen. Diese besuchen Familien mit schwierigen Kindern bzw. überforderten Eltern. Nach einer

ersten Beobachtungsphase werden Maßnahmen vorgeschlagen und die Erziehungshelferinnen unterstützen die Eltern bei der Umsetzung. Diese und ähnliche Sendungen vermögen das Thema „Erziehung“ in das öffentliche Bewusstsein zu rücken und demonstrieren die Idee bzw. Grundhaltung eines konsequenten, aber gewaltfreien Erziehungsstils. Eltern, die selber Probleme haben, können erfahren, dass sie nicht alleine mit ihren Schwierigkeiten sind und dass Veränderungen zum Besseren möglich sind. Jedoch werden in diesen Reality-Serien im Gegensatz zum Triple P Video die Erziehungsstrategien nicht systematisch erklärt. Das Hauptgewicht liegt im Unterhaltungswert und weniger in der Edukation von Eltern (vgl. auch die kritische Stellungnahme durch den Deutschen Kinderschutzbund, 2004). Es besteht die Gefahr einer inkonsistenten oder sogar falschen und möglicherweise schädigender Anwendung der durch die Erziehungshelferinnen demonstrierten Strategien, weil der theoretische Hintergrund nicht expliziert wird. Die Wirkweise der Strategien muss durch die Eltern selber erschlossen werden. Unter der Voraussetzung, dass die Familie über genügend persönliche Ressourcen verfügt und nur wenige, kleinere Problemverhalten der Kinder vorliegen, kann eine solche Medienstrategie zur Vermittlung positiver und oft verhaltenspsychologisch orientierter Erziehungsstrategien dennoch ausreichend sein (Kuschel, Hahlweg, Miller, Bertram, Heinrichs & Sassmann, 2003).

Film-basierte Prävention eignet sich also, um populationsbezogenen Informationen zu verbreiten. Die Aufklärung kann zu einem spezifischen Thema erfolgen oder über allgemeine Strategien informieren. Während sich eine Beratung filmtechnisch (noch?) nicht realisieren lässt, können Übungen gezeigt und zur Imitation bzw. eigener Praxis motiviert werden. Film-basierte Prävention steht der Prävention mittels Print-Medien in Bezug auf einzelne Aspekte der Methoden nahe. Beide eignen sich äußerst gut zur reinen Informationsvermittlung. Filmische Dokumente ha-

ben gegenüber Print-Medien den Vorteil, dass sie bewegte Modelle in Ton und Bild zeigen können. Dagegen können Print-Dokumente schriftliche Übungen beinhalten (z. B. einen Selbst-Test).

### **CD-ROM basierte Prävention**

CD-ROMs bieten die Möglichkeit, schriftliche Informationen und filmische Szenen in einem Medium zu vereinen. Darüber hinaus erlauben sie einen interaktiven Prozess mit dem Benutzer. Der Benutzer wählt einen Themenpfad oder macht anderweitig Angaben, und das Programm der CD-ROM antwortet auf die spezifische Anfrage. Somit kann der Benutzer selektiv und an seine individuellen Bedürfnisse angepasst Informationen abrufen. Andererseits erlaubt die Technik ein persönliches Feedback. Testergebnisse können unmittelbar gemeldet werden, oder wenn es um die Wahl einer geeigneten Strategie bei einem umschriebenen Erziehungsproblem geht, kann das Programm direkt eine Beurteilung vornehmen. Dabei können Rückmeldungen von einem Computer eher angenommen werden, denn die Maschine nimmt keine persönlichen Bewertungen vor. Anders ist das bei Offline-Angeboten. Hier besteht immer die Möglichkeit, durch den Kursleiter oder durch andere Kursteilnehmer negativ beurteilt zu werden (Gordon, 2000).

Donald A. Gordon begann 1993 in den USA mit der Entwicklung der interaktiven CD-ROM „*Parenting Wisely*“ (Gordon, 2000: online: <http://www.familyworksinc.com>). Diese rund 3-stündige CD-ROM vermittelt Eltern funktionale Erziehungsstrategien wie z. B. aktives Zuhören, Problemlösen, Belohnung, respektvolles Sprechen, Verhaltensverträge, Erziehung als Team etc. Vermittelt werden diese Strategien in kurzen Video-Sequenzen, in denen zu spezifischen Erziehungsproblemen elterliches Verhalten gezeigt wird. Der Anwender wird dabei gebeten, zu einer Fallgeschichte eine von drei Verhaltensalternativen zu wählen. Die Konsequenzen der gewählten Lösung werden wiederum in einer Vi-



deoeinspielung gezeigt und anschließend kritisch beurteilt. Es wird gezeigt, was die Kinder oder Jugendlichen durch die gewählte Variante vermutlich positiv oder negativ lernen. Günstige und ungünstige, unmittelbare und längerfristige Konsequenzen durch die gewählte Alternative werden aufgezeigt. Hat sich der Anwender für eine weniger günstige Alternative entschieden, hat er die Möglichkeit, eine andere Alternative zu wählen und zu prüfen, was diese zur Folge hat.

Eine deutsche Variante wurde von Schneewind entwickelt (online: <http://www.freiheit-in-grenzen.org>). Die CD-ROM erschien 2003 unter dem Titel „*Freiheit in Grenzen* – Eine interaktive CD-ROM zur Stärkung elterlicher Erziehungskompetenzen für Eltern mit Kindern zwischen 6 und 12 Jahren“. Sie enthält fünf typische Erziehungssituationen: Verspätetes Nachhausekommen, Aufräumen, Geschwisterstreit, Süßigkeiten im Supermarkt und Probleme mit den Hausaufgaben. Analog von „Parenting Wisely“ stehen zu diesen Ausgangssituationen drei Verhaltensalternativen zur Wahl. Abschließend folgt für jede der Lösungsvarianten ein Fazit, in dem zusammengefasst wird, wie sich die Eltern verhalten und was die Kinder dabei lernen. Nebst den Fallbeispielen enthält die CD-ROM – anders als das Gordon-Programm – zwölf hilfreiche Erziehungstipps. Auch der erziehungspsychologische Hintergrund hat ein eigenes Profil. Der rote Faden der CD-ROM ist das Erziehungskonzept „Freiheit in Grenzen“. Es integriert elterliche Wertschätzung, Forderungen und Grenzen setzen, sowie Gewähren von Eigenständigkeit. Dieser sozial-integrative, autoritative (nicht zu verwechseln mit autoritäre) Erziehungsstil meint, „dass Eltern sowohl die kindlichen Bedürfnisse nach einem liebevollen, akzeptierenden und unterstützenden Verhalten beantworten als auch Grenzen setzen sowie Erwartungen an ihre Kinder stellen bzw. ihnen Forderungen zumuten, auf deren Einlösung sie konsequent bestehen“ (Schneewind, 2004, S. 10). Hinzu kommt die Gewährung von Eigenständigkeit, die es den Kindern

und Jugendlichen ermöglicht, Erfahrungen als Konsequenzen ihres eigenen Handelns zu machen. „Freiheit in Grenzen“ ist also ein Erziehungskonzept, das die kindliche Entwicklung hin zu einer lebensbejahenden, selbstständigen, leistungsbereiten und gemeinschaftsfähigen Person fördern soll (Schneewind, 2002 a, 2002 b).

Ausgehend von einem mittelstarken Effekt von interaktiven Videoinstruktionen auf kognitive und andere Leistungen, als Resultat einer Metaanalyse mit 100 Studien ( $d = .53$ ; MacNeil & Nelson, 1991, zit. nach Gordon, 2000, S. 235), war zu erwarten, dass das CD-ROM-basierte Programm für Eltern ähnliche Effekte aufweisen würde. Das breit evaluierte „Parenting Wisely“-Programm scheint diese Erwartungen sogar zu übertreffen. Diverse Studien an Familien mit normalen und auffälligen Kindern und Jugendlichen konnten überraschend hohe Effekte in Bezug auf das Problemverhalten der Kinder nachweisen (Effektgrößen von .37 bis 1.27, gemessen mit verschiedenen Skalen; Gordon, 2000; Segal et al., 2003). Ähnlich hohe Effekte konnten auch von anderen Forschergruppen in unterschiedlichen Settings nachgewiesen werden (z. B. O'Neill & Woodward, 2002; eine Liste nicht publizierter Arbeiten findet sich unter [http://www.familyworksinc.com/research\\_articles/independent.html](http://www.familyworksinc.com/research_articles/independent.html)). Die Evaluation von „Freiheit in Grenzen“ ist in Planung (Ankündigung auf der Website <http://www.freiheit-in-grenzen.org>). Gordon (2000) erklärt die mittlere bis große Wirksamkeit von „Parenting Wisely“ durch die Wahl hoch relevanter Situationen, die hohe Benutzerinteraktion und die private, eigenständige und neutrale Durchführung am Computer. Zudem erfreut sich die interaktive CD-ROM einer großen Benutzerzufriedenheit, nicht zuletzt dank der einfachen Handhabung und dem Unterhaltungswert.

CD-ROMs dienen als Träger von Informationen der Aufklärung und der Wissensvermittlung. Die Interaktion und die Rückmeldung ermöglichen darüber hinaus ein aktives Trai-

ning. Die Erfolge der wiederholten Übung können dem Anwender aufgezeigt und Fortschritte dadurch erkennbar gemacht werden. Letztlich wird durch die Interaktion eine Beratung technisch möglich, z. B. in Form eines Expertensystems, das adaptiv an die Fragestellungen Ratschläge erteilt und so einen Beratungsprozess initiiert. Obwohl die technischen Voraussetzungen gegeben sind, erweist sich die Implementierung eines Expertensystems als äußerst schwierig. Die vorgestellten CD-ROMs enthalten dann auch keine beratenden Expertensysteme.

### Internet-basierte Prävention

Das Internet bereichert die Möglichkeiten der CD-ROM mit dem Aspekt der Kommunikation. Die Vernetzung erlaubt den Austausch mit anderen Eltern und mit Experten. Döring (2000 a) unterscheidet dabei asynchrone von synchroner Kommunikation. Bei der asynchronen Kommunikation werden Nachrichten zum Lesen hinterlegt, unabhängig davon, ob der bzw. die Empfänger ebenfalls online sind. Dazu gehören die Kommunikationskanäle wie e-Mail, Forum oder Newsgroups. Die bekannteste Form der synchronen Kommunikation ist der Chat. Beim Chat können sich Personen, die zeitgleich online sind, textbasiert miteinander austauschen. Nebst den Chat zählen MUD's (Multi User Dungeons/Dimensions) und Videokonferenzen zu den synchronen Kommunikationsmitteln. Ohne ausführlich auf die einzelnen Kommunikationsformen einzugehen, wird klar, dass im Internet nebst der Informationsvermittlung und dem Training auch die Beratung als Interventionsmethode zum Einsatz kommen kann. Im Folgenden soll daher zu jeder Präventionsmethode ein kleiner Überblick über bestehende Angebote im Internet gegeben und ausgewählte Beispiele vorgestellt werden. Da eine ausführliche und aktuelle Beschreibung zu den einzelnen Angeboten im Internet konsultiert werden kann, wird hier nur eine kurze Beschreibung vorgenommen (die Internet-Adresse ist jeweils angegeben).

### Informationsangebote

Im Internet setzen reine Informationsangebote den geringsten technischen Aufwand voraus. Infoseiten sind leicht zu erstellen und zu publizieren. Kein Wunder also, dass Webseiten von rein informativem Gehalt mit Abstand am häufigsten anzutreffen sind. Für Eltern und Familien finden sich ebenfalls eine große Bandbreite von Angeboten, angefangen bei Listen mit kinderfreundlichen Ferienorten auf privaten Familienwebsites, über Tipps im Umgang mit Erziehungsproblemen bei Anbietern von Familienzeitschriften, bis hin zu Empfehlungen beim Vorliegen von Kinderkrankheiten oder kindlichen Verhaltensstörungen in einschlägigen Webauftritten. Zu nennen sind die viel besuchten Internetportale für Eltern, auf denen nebst allgemeinen familienrelevanten Inhalten oft auch präventive Informationen zu finden sind. Ein gutes Beispiel ist das Ratgeberportal „*Eltern im Netz*“ vom Bayerischen Landesjugendamt (BLJA), das seit 2002 unter <http://www.elternimnetz.de> aufgeschaltet ist. Diese Website informiert und beantwortet Fragen rund um die Erziehung von Kindern und Jugendlichen in allen Altersstufen und vermittelt Informationen für Familien in unterschiedlichsten Lebenssituationen (z. B. bei Trennung).

Während sich „*Eltern im Netz*“ eher als Ratgeber versteht, werden im „*Online-Familienhandbuch*“, das von W. E. Fthenakis und M. R. Textor herausgegeben wird, zu ähnlichen Themen längere und ausführlichere Texte geboten (<http://www.familienhandbuch.de>). In diesem Familienhandbuch finden sich Informationen zu vielen Fragen, über familienpolitische Leistungen, mögliche Hilfsangebote, aber auch zu häufigen Schwierigkeiten mit den Kindern. Die Artikel sind sowohl praktischer, als auch theoretischer Natur, und die Herausgeber versuchen eine fachliche Fundierung sicherzustellen. Zusätzlich enthält die Website ein öffentliches Forum zu Themen wie Unterhalt/Sorgerecht, Trennung/Scheidung und Kindererziehung.



Das Internetportal „*starke-eltern.de*“, ein Internet-Angebot der Gesundheitskasse in Hessen (AOK) in Kooperation mit der Hessischen Landesstelle für Suchtgefahren und Suchtprävention, beschäftigt sich ebenfalls mit allgemeinen Erziehungsfragen, legt aber den Schwerpunkt auf die Suchtprävention bei Kindern und Jugendlichen (<http://www.starke-eltern.de>). Die Website bietet Informationen für Eltern, wie sie direkt und indirekt über Erziehungskompetenzen die Suchtgefahr präventiv vermindern können. Nebst Ankündigungen von Kursen und anderen Projekten beinhaltet die Website ein Elternforum und interaktive Elemente. Weitere Links zu familienspezifischen Angeboten finden sich z. B. unter <http://www.hallofamilie.de>.

Gesundheitsrelevante Informationen gehören zu den häufigsten, die im Internet abgerufen werden; die Tendenz ist steigend (Fox & Rainie, 2000; Risk & Dzenowagis, 2001; Scharnhorst, 2002). Nach Rünger und Haverkamp (2003) dürften viele Eltern das Internet als Informationsquelle nutzen, um mehr über die Krankheit ihres Kindes zu erfahren. Das Internet bietet sich als einfache und rasche Suchmöglichkeit an, die rund um die Uhr und völlig anonym zur Verfügung steht. Die gefundenen Informationen können die Konsultation einer medizinischen oder psychologischen Fachperson erübrigen oder aber initiieren (Fox & Rainie, 2000), was im präventiven Sinne wünschenswert ist. Diesem Vorteil steht das berechtigte Bedenken bezüglich der Qualität der gebotenen Information gegenüber. Nebst fachlich fundiertem Wissen werden auch weniger seriöse und sogar schlicht falsche Informationen ins Netz gestellt (z. B. Eichenber & Ott, 2003; Risk & Dzenowagis, 2001; Rünger & Haverkamp, 2003). Bis qualitätssichernde Maßnahmen im Internet greifen können, bleibt es am Nutzer, die Qualität der angebotenen Inhalte zu beurteilen (Risk & Dzenowagis, 2001). Ob Eltern mehrheitlich zu qualitativ hochwertigen Aufklärungs- bzw. Informationsangeboten im Internet gelangen,

wurde nach unserem Kenntnisstand noch nicht untersucht. Hingegen lässt sich der präventive Impact bzw. Nutzen von Online-Informationen aus Offline-Untersuchungen schätzen. Resultate von Evaluationsstudien mit Offline-Ratgebern lassen vermuten, dass Selbsthilfematerialien durchaus schwache bis mittlere Effekte aufweisen können, wenn auch nicht immer (Bodenmann et al., 2001; Riordan & Wilson, 1989).

Präventive Aufklärungskampagnen im Internet dürften also schwache bis mittlere Effekte aufweisen, vorausgesetzt, die dargebotenen Informationen vermögen die Handlungsgrundlage des Rezipienten zu verbessern. Nach Fox und Rainie (2000) scheint Letzteres vielfach der Fall zu sein. Diese Autoren berichten über die Ergebnisse einer groß angelegten Telefonbefragung in den USA, wonach 92 % der Personen, die bereits einmal gesundheitsrelevante Informationen im Internet konsultiert haben (55 % von allen Befragten), die gefundenen Informationen nützlich fanden und in den weiteren Entscheidungsprozess miteinbezogen (47 %). Die Ergebnisse zeugen von einer hohen Benutzerzufriedenheit und -relevanz von Gesundheitsinformationen im Internet. Dennoch befürchten 86 % der Informationssuchenden, an unseriöse Quellen zu gelangen, weshalb viele die Herkunft der Informationen überprüfen (58 %). 52 % der Nutzer finden die meisten gesundheitsrelevanten Ressourcen im Internet als zuverlässig; 44 % denken, dass nur einigen davon Vertrauen geschenkt werden kann. Die Forderung nach qualitätssichernden Maßnahmen dürfte also ganz im Sinne der Konsumenten sein.

#### *Beratungsangebote*

Beratungsangebote im Internet können bestehende Offline-Angebote sinnvoll ergänzen. Unterschieden werden Selbsthilfegruppen, die eine informelle, sozial unterstützende Beratung durch Mitbetroffene bieten, und Online-Beratungsangebote, die sowohl von Laien, also auch von Professionellen angeboten werden.

Eine komfortable Form einer Online-Selbsthilfegruppe bietet das Forum. Gegenüber von Mailinglisten sind die Beiträge im Forum thematisch geordnet und Diskussionsverläufe sind nachvollziehbar. Der Nachteil dieser niederschweligen Form sozial unterstützender Beratung ist die Zeitverschiebung zwischen Anfrage und Antwort, die Tage oder Wochen betragen kann. Synchrone Selbsthilfeangebote in Chats oder MUDs können demgegenüber eher ein Gefühl der Verbundenheit etablieren und können in Krisensituationen dem oder der Betroffenen unmittelbare Unterstützung bieten (Döring, 2000 b; Eichenberg & Pennauer, 2003). Nutzer von Online-Kommunikationsmitteln berichten häufig, dass es ihnen leichter fällt, sich den anderen zu öffnen und mitzuteilen, bedingt durch die Privatheit und Anonymität des Mediums (Döring, 2000 b; Eichenberg, 2004). Bei asynchroner Kommunikation kommt hinzu, dass Antwortende sich so viel Zeit nehmen können wie sie brauchen, um eine adäquate Replik zu verfassen. Virtuelle Selbsthilfegruppen können letztlich dieselben Funktionen übernehmen wie Offline-Gruppen: Teilnehmer können sich aussprechen, einander zuhören, Trost spenden, Tipps geben und erhalten (Eichenberg, 2003). Es gibt eine unüberschaubare Fülle von Online Kommunikationsangeboten für Eltern. Die Internetsuchmaschine Google (<http://www.google.de>) listet zum Suchwort „Elternforum“ aktuell rund 95.100 verschiedene Webseiten auf. Bei den deutschsprachigen Yahoo-Gruppen (<http://de.groups.yahoo.com/>) gibt es 719 Mailinglisten zu den Stichwörtern „Eltern“ und „Familie“. Deutschsprachige Newsgroups für Eltern sind dagegen rar und finden sich z. B. unter <de.soc.familie.kinder>, <de.soc.familie.misc> oder <de.soc.familie.vaeter>. Viele Selbsthilfeangebote wurden von betroffenen Eltern ins Leben gerufen. Durch Fachpersonen betreute Angebote sind deutlich seltener.

Ein gutes Beispiel für ein betreutes Forum und ein zeitweise betreuter Chat für Eltern finden sich im „bke-Elternberatung.de“ Internet-

auftritt der Bundeskonferenz für Erziehungsberatung e.V. (bke), dem Fachverband für Erziehungs- und Familienberatung in Deutschland. Die Moderatoren und Moderatorinnen der bke-Elternberatung verfügen über eine Ausbildung in Psychologie, Sozialarbeit oder Pädagogik sowie über verschiedene psychotherapeutische Weiterbildungen und weisen eine langjährige Berufserfahrung auf. Die Moderation durch Fachpersonen ermöglicht die Verstärkung vorhandener Ressourcen, das Einstreuen lösungsfördernden Anregungen und das Hinweisen auf kritische Abläufe (Buckel, Hofmeister, Kraus, Schultze, Wagner & Weisshaupt, 2003). Die Präsenz von fachkompetenten Moderatoren und Moderatorinnen im Forum und im Chat erlaubt eine schnelle und unmittelbare Intervention von hohem präventiven Nutzen.

Nebst dem Forum und dem Chat bietet „bke-Elternberatung.de“ eine kostenlose Beratung für Eltern und Jugendliche. Die Beratung durch eine Fachperson kann Internet- oder auch Chat-basiert erfolgen. Bei Online-Beratungen können Eltern ohne große Erschwerenisse erste Auskünfte einholen und später eventuell ein umfassenderes Beratungsangebot vor Ort aufsuchen. Online-Beratungen zeigen sich vor allem dann an, wenn Offline-Beratungsstellen schwer erreichbar sind, lange Wartelisten aufweisen oder finanziell nicht getragen werden können, ebenso bei Schwellenängsten oder psychischen bzw. somatischen Handicaps (Döring, 2000 b; Eichenberg, 2003). Die Zufriedenheit der Ratsuchenden bei der bke-Elternberatung war sehr groß: 76 % von 128 Personen gaben an, vom Berater verstanden worden zu sein und hilfreiche Informationen zum Verstehen bzw. Lösen des Problems erhalten zu haben (Buckel et al., 2003, S.110). Eine hohe Zufriedenheit mit der Online-Beratung bestätigen auch andere Autoren (z. B. Lang, 2001, 2002). Eine Online-Beratung für Eltern kann dann erfolgreich sein, wenn es sich bei den Schwierigkeiten um ein oder zwei umgrenzte Probleme handelt. Die Grenzen für virtuelle Beratungen

sind komplexere Probleme, aber auch das Vorliegen einer schweren psychischen Störung, von Suizidalität oder einer erkennbaren Fremdgefährdung (Lang, 2002; Buckel et al., 2003). Dennoch kann die Online-Beratung in Krisensituationen eine erste Anlaufstelle sein, bei der „zugehört“ und das Leid mitgetragen wird, erste Ratschläge mitgegeben werden können und auf bestehende Angebote hingewiesen werden kann (Eichenberg, 2003).

Die Wirksamkeit von Online-Selbsthilfegruppen oder Online-Beratungen wurde bislang kaum durch einen systematischen Online-offline-Vergleich erforscht (Eichenberg, 2003; Döring 2000 b). Die wenigen Dokumente sind oft anekdotischer Natur oder erfassen lediglich die Zufriedenheit mit dem Online-Angebot. King und Moreggi (1998) kamen in ihrem Übersichtsartikel zum aktuellen Stand der Forschung zu Online-Selbsthilfegruppen zum Schluss, dass aktive Mitglieder von dieser Online-Hilfe profitieren, sich leicht anderen gegenüber öffnen können und sich als reale Gruppe erleben. Oft stellt die Online-Selbsthilfegruppe eine Ergänzung zu Offline-Bemühungen im Umgang mit Problemen dar und kann ein erster Schritt hin zum Besuch einer Gruppe vor Ort sein. Den Fragebogenerhebungen, die King und Moreggi vorgestellt haben, konnten keine Angaben zur Wirksamkeit entnommen werden. Studien zum Online-offline Vergleich sind aber geplant (Alpers, Winzelberg & Taylor, 2003).

Anders als bei virtuellen Selbsthilfegruppen liegen für die Online-Beratung erste Wirksamkeitsvergleiche vor. Eine Online-offline Vergleichstudie zur Eheberatung, die als Partnerschafts-Kurzzeittherapie bei „theratalk®“ ([www.theratalk.de](http://www.theratalk.de)) angeboten wird, zeigte die Äquivalenz beider Interventionsmethoden (Beer & Breuer, 2004). Tate, Jackvony und Wing (2003) konnten in ihrer Studie zur Online-Intervention bei Übergewicht einen zusätzlichen Nutzen durch die begleitende Beratung per e-Mail finden. Dabei zeigt sich, dass eine Online-Beratung denjenigen Perso-

nen entgegen kommt, die größere Schwellenängste, mehr Kontaktschwierigkeiten, eine depressive Stimmung oder ein erhöhtes Kontrollbedürfnis aufweisen (van Well, 2000).

Zusammenfassend können wir festhalten, dass die Zufriedenheit mit Online-Beratungsangeboten sowohl durch Laien als auch durch Experten sehr groß ist. Dementsprechend steigt die Nachfrage stetig an, insbesondere bei kostenlosen Diensten (Eichenberg & Laszig, 2003). Weniger euphorisch wurde der neue Trend von der Forschung aufgenommen. Von Forschern und Praktikern wird vielfach kritisch eingebracht, dass eine Online-Beratung nicht mit der Offline-Beratung vergleichbar sei, da wichtige Elemente, wie beispielsweise der Austausch nonverbaler Information, größtenteils fehlen. Eine vertiefte, empirische Auseinandersetzung über Vor- und Nachteile hat erst jüngst eingesetzt. Daher kann noch keine Beurteilung der Wirksamkeit von Online-Beratungen vorgenommen werden. Online-Beratungen dürften aber Offline-Interventionen sinnvoll ergänzen und vermögen alltagsnahe Präventionsarbeit zu leisten, indem sie die Entscheidungsgrundlage des Ratsuchenden verbessern.

### *Trainingsangebote*

Ott (2003) fand in seinem aktuellen Review zu klinisch-psychologischen Interventionen im Internet, dass 86.7 % der gesichteten empirischen Wirksamkeitsstudien über signifikante Verbesserungen berichteten. Rund ein Fünftel der überwiegend kognitiv-behavioralen Interventionsansätze waren Beiträge zu Internet-basierter Prävention. Es wurden vor allem solche Techniken eingesetzt, die sich gut in Eigenregie erarbeiten und applizieren lassen (z. B. Problemlöse- oder Entspannungstrainings).

Für Paare bzw. Eltern gibt es zwei Trainingsmöglichkeiten, bei denen die Kommunikationsfertigkeiten unter die Lupe genommen und verbessert werden können. Im Online-Setting können die Partner neue Kommunika-

tionsformen in einem geschützten Rahmen einüben. Der spezielle Rahmen und die gedrosselte Interaktionsfrequenz können helfen, automatisierte negative Gesprächsabläufe wie zum Beispiel Kritik und Gegenkritik zu unterbinden. Ziel eines Kommunikationstrainings für Paare ist es, den Partnern eine Möglichkeit zu geben, ihre Probleme konstruktiv miteinander lösen bzw. wieder lösen zu können. Zum Erreichen dieses Ziels wurde bei „theratalk®“ ([www.theratalk.de](http://www.theratalk.de)) unter der Leitung der Diplom-Psychologen R. Beer und P. Breuer ein spezieller Chat eingerichtet, der es dem Therapeuten oder dem Partner erlaubt, Rückmeldungen zu geben, ohne dass der Gesprächsfluss unterbrochen wird. Das präventive Kommunikationstraining „*CoupleCoaching®-Interactive*“ ([www.couplecoaching.de](http://www.couplecoaching.de)) von D. Wilchfort, Paartherapeut und Facharzt für Psychotherapeutische Medizin, wurde als geleitete Selbsthilfegruppe konzipiert, das auf einem kognitiv-konstruktivistischen Ansatz fußt (vgl. Eichenberg & Larzig, 2003). CoupleCoaching-Interactive zeichnet sich durch das zur Website assoziierte Selbsthilfebuch (Wichfort, 2001) aus, das nur als Doppelbuch erhältlich ist. Die Partner arbeiten eigenständig an ihrer Beziehung, können im Internet weitere Ideen abrufen und mit anderen Paaren in Kontakt treten.

Das *online Elterntaining zur Bewältigung von Familienstress* (OET; [www.elerntaining.ch](http://www.elerntaining.ch)) wurde am Lehrstuhl für Klinische Psychologie (Universität Fribourg) zuerst offline (Michel, Perrez und Kronenberg, 2001), dann in einer adaptierten Form online durchgeführt. Für die Online-Umsetzung war Y. Hänggi federführend. Im Gegensatz zu den bisher besprochenen Angeboten kombiniert das OET Aufklärung, Beratung und Training in einem Webauftritt. In vier Modulen wird Wissen zu den Themen individueller Stress, Stress in der Familie, Kommunikation und Problemlösen vermittelt. Die Beratung erfolgt im Forum und im Chat durch die Teilnehmenden selber (Laien-Beratung), aber auch durch die Trainingsleitung (Experten-Bera-

tung). Zusätzlich kann eine individuelle Beratung per E-Mail in Anspruch genommen werden. Das Training erfolgt in Übungen, die zum einen online gemacht werden können (z. B. das Erkennen von Emotionen im Gesichtsausdruck zur Steigerung der empathischen Akkuratheit) und zum anderen offline mit Hilfe von ausdrucksbaren Übungsblättern oder vorgeschlagenen Verhaltensübungen (z. B. mit dem Partner ein regelgeleitetes Konfliktgespräch führen).

Die Evaluationsstudie ergab eine vergleichbare Wirksamkeit des OETs im Vergleich zu Offline-Stressbewältigungstrainings (Hänggi, 2004). Die Effekte lagen im kleinen bis mittleren Bereich, wobei sich kurzfristig die individuelle Stressbewältigung deutlich verbesserte und langfristig (ein halbes Jahr nach dem Training) das Stressbewältigungsverhalten innerhalb der Familie angemessener wurde. Ferner konnte eine Steigerung des individuellen und familiären Wohlbefindens beobachtet werden. Alles in allem zeigt die Studie die Umsetzbarkeit von wirkungsvollen, präventiven Online-Trainings für Eltern. Allerdings darf bei diesem positiven Fazit die hohe Dropoutrate nicht außer Acht gelassen werden. Beim OET sind rund 20 % der Teilnehmenden, die das Training begonnen haben, vorzeitig ausgestiegen. Ott (2003) berichtet in seinem Review zu Online-Interventionen über Dropoutraten bis zu 50 %. Das Internet bietet erleichternde Abbruch-Bedingungen für Personen, die mit dem Trainings- bzw. Interventionsangebot nicht zufrieden sind. Unerfüllte Erwartungen, zu kleiner Teilnahmeanreiz, zu geringe Unterstützung, aber auch schlicht und einfach Computerversagen können Gründe für einen Trainingsabbruch sein. Durch gezielte Information, „lebendige“, interaktive Internetseiten und durch eine individuelle Betreuung der Teilnehmenden kann versucht werden, die Dropoutrate zu senken. So dürfte die Internet-basierte Umsetzung der interaktiven CD-ROMs von Schneewind und Gordon ein Schritt in die richtige Richtung sein (Ankündigung unter

zen.org; erste englischsprachige Umsetzung unter [http://www.familyworksinc.com/interactive\\_pw/index.html](http://www.familyworksinc.com/interactive_pw/index.html)). Künftige Studien sollten gezielt nach Möglichkeiten zur Verminderung der Dropoutrate bei präventiven Online Trainings suchen. In Frage kommen u. a. finanzielle Depotleistungen, die am Ende des Trainings zurückerstattet werden.

### **Abschließende Bewertung**

Die Auswahl an Eltern gerichteter Präventionsangebote mit neuen Medien ist groß: von TV- und Radiobeiträgen, über interaktive CD-ROMs hin zu diversen Informationen und Trainingsmöglichkeiten im Internet. Wie hilfreich sind die Angebote und wie ist deren Wirksamkeit zu beurteilen? Ausgehend von der Zufriedenheit der Benutzer etwa mit gesundheitsrelevanten Informationen im Internet oder mit Online-Beratungen dürften viele Angebote den erwarteten Nutzen erbringen. Besonders Video-basierte Modelle scheinen befriedigende Effekte zu haben. Die Effekte werden verstärkt, wenn Eltern auf die Videosequenzen interaktiv Einfluss nehmen können und eine Rückmeldung zu ihrer Wahl erhalten. Eine begleitende Beratung, wie sie im Online-Elterntraining realisiert wurde, dürfte einen zusätzlichen Gewinn bedeuten. Verständnisschwierigkeiten oder Probleme mit Übungen können mit dem Trainingsanbieter besprochen und individuelle Lösungen gefunden werden. Künftige Präventionsprojekte sollten daher Video-basierte Modelle und das Internet als Kommunikationsplattform integrieren.

Im Sinne der zu Beginn vorgestellten Interventionsmethoden kommt der Passung zwischen den Voraussetzungen der Adressaten und den eingesetzten Methoden eine entscheidende Rolle zu. Reine Informationsangebote, wie sie im Internet in Unmengen gefunden werden können, reichen dann aus, wenn sie Kognitionen bzw. Verhalten zu beeinflussen vermögen. Beispielsweise können Grundsätze einer positiven Erziehung bewusst gemacht werden oder es können Ratschläge

zu konkreten Erziehungssituationen gegeben werden. Die Selbsthilfe über Informationsangebote bedingt, dass die Eltern kompetent sind, an die richtige Information zu gelangen. Die Vertrautheit mit dem Medium gehört ebenso dazu wie die Beurteilung der Güte der Information. Gerade im Bereich des Internets wären Qualitätsgütermerkmale äußerst wünschenswert. Bei komplexeren Problemen, zu deren Bewältigung eine reine Informationsvermittlung nicht mehr ausreicht, ist die fachgerechte Betreuung durch einen Experten angezeigt. Eine Online-Beratung kann bei kleinen, umgrenzten Erziehungsschwierigkeiten durchaus eine effiziente Methode zur Prävention von länger andauernden oder gravierenden Problemen sein. Auch kann ein themenbezogenes Training gute Resultate erbringen (z. B. CD-ROM zu Erziehungsfertigkeiten, OET). Bei Vorliegen schwerwiegenderer, komplexer Probleme wie eine psychische Störung eines Familienangehörigen oder massive Partnerschaftsprobleme dürften die begrenzten Kommunikationsmittel der heutigen Medien nicht ausreichen, um präventive Maßnahmen oder gar eine Intervention zu realisieren. Vielleicht ändert sich Letzteres mit der Etablierung der Videokonferenz, mit der bereits erste erfolgversprechende Versuche im Bereich der Individualtherapie unternommen worden sind (Lindauer, 2003).

Trotz erster viel versprechender Ergebnisse ist der empirische Kenntnisstand über die Wirksamkeit der Prävention mit neuen Medien als sehr gering einzustufen. Der Bedarf an Forschung ist speziell im Bereich der Online-Beratung sehr gross. Die breiteste Erforschung verzeichnet die CD-ROM von Gordon. Alle anderen Angebote wurden gar nicht oder nur einmalig auf deren Wirksamkeit hin untersucht. Die vorliegenden Ergebnisse lassen daher keine abschließende Bewertung der Wirksamkeit zu. Sie lassen jedoch vermuten, dass – die Passung von Angebot und Merkmalen des Adressaten vorausgesetzt – mit Hilfe neuer Medien wirksame Prävention betrieben werden kann.



## Literatur

- Alpers, G. W., Winzelberg, A. J. & Taylor, C. B. (2003). Internetgruppen für Brustkrebspatientinnen. In R. Ott & C. Eichenberg (Hrsg.), *Klinische Psychologie und Internet. Potentiale für klinische Praxis, Intervention, Psychotherapie und Forschung* (S. 207–228). Göttingen: Hogrefe.
- Beer, R. & Breuer, P. (2004). Eheberatung online und Partnerschaftstests online im Projekt Theratalk ([www.theratalk.de](http://www.theratalk.de)). *Internet @ Beratung*, 208, 24–40.
- Bodenmann, G., Moser, C., Widmer, K. & Cina, A. (2001). Bibliothekstherapie: Wie wirksam ist das autodidaktische Studium eines Partnerschaftsselbsthilfebuchs? *Zeitschrift für Gesundheitspsychologie*, 9, 159–167.
- Buckel, S., Hofmeister, D. Kraus, H. Schultze, N.-G., Wagner, N. & Weisshaupt, U. (2003). *Online-Beratung. Hilfe im Internet für Jugendliche und Eltern*. Bundeskonferenz für Erziehungsberatung e.V.
- Deutscher Kinderschutzbund (2004). *Stellungnahme zur neuen RTL Reality-Serie die Super Nanny*. [online] Verfügbar unter: <http://www.kinderschutzbund-nrw.de/StellungnahmeSuperNanny.htm> [5. 4. 2005].
- Döring, N. (2000 a). Kommunikation im Internet: Neun theoretische Ansätze. In B. Batinić (Hrsg.), *Internet für Psychologen* (2., überarbeitete und erweiterte Auflage) (S. 345–378). Göttingen: Hogrefe.
- Döring, N. (2000 b). Selbsthilfe, Beratung und Therapie im Internet. In B. Batinić (Hrsg.), *Internet für Psychologen* (2., überarbeitete und erweiterte Auflage) (S. 509–548). Göttingen: Hogrefe.
- Eichenberg, C. & Laszig, P. (2003). Paarberatung und -therapie im Internet. In R. Ott & C. Eichenberg (Hrsg.), *Klinische Psychologie und Internet. Potentiale für klinische Praxis, Intervention, Psychotherapie und Forschung* (S. 148–172). Göttingen: Hogrefe.
- Eichenberg, C. & Ott, R. (2003). Informationen über psychische Störungen im Internet: Überblick und Qualitätssicherung. In R. Ott & C. Eichenberg (Hrsg.), *Klinische Psychologie und Internet. Potentiale für klinische Praxis, Intervention, Psychotherapie und Forschung* (S. 21–46). Göttingen: Hogrefe.
- Eichenberg, C. & Pennauer, J. (2003). Krisenintervention im und via Internet: Angebote und Möglichkeiten. *Psychotherapie im Dialog*, 4, 411–415.
- Eichenberg, C. (2003). Internetbasierte Hilfe für Betroffene psychischer Störungen. In R. Ott & C. Eichenberg (Hrsg.), *Klinische Psychologie und Internet. Potentiale für klinische Praxis, Intervention, Psychotherapie und Forschung* (S. 173–189). Göttingen: Hogrefe.
- Eichenberg, C. (2004). Das Internet als therapeutisches Medium. Selbsthilfe und Intervention. *Deutsches Ärzteblatt (PraxisComputer)*, 2, 14–16.
- El-Giamal, M. (1999). *Wenn ein Paar zur Familie wird. Alltag, Belastungen und Belastungsbewältigung beim ersten Kind*. Fribourg/Bern: Universitätsverlag/Hans Huber.
- Familie&Co (2003). *Eltern fragen ... Familie&Co-Experten antworten auf alle Fragen rund um die Erziehung*. München: Econ Ullstein List Verlag.
- Fox, S. & Rainie, L. (2000). *The Online Health Care Revolution: How the Web helps Americans take better care of themselves* [online]. Available: [http://www.pewinternet.org/report\\_display.asp?r=26](http://www.pewinternet.org/report_display.asp?r=26) [20. 8. 2004].
- Freimuth, V. S. (1987). The Diffusion of Supportive Information. In T. L. Albrecht & M. B. Adelman (Eds.), *Communicating Social Support* (pp. 212–239). Newbury: Sage.
- Gordon, D. A. (2000). Parent Training via CD-ROM: Using Technology to Disseminate Effective Prevention Practices. *The Journal of Primary Prevention*, 21, 227–251.
- Hänggi, Y. (2004). *Wie wirkungsvoll ist webbasierte Stressprävention? Erste Erfahrungen mit dem online Elterntraining zur Bewältigung von Familienstress*, Poster präsentiert an der 6. internationalen Konferenz der Deutschen Gesellschaft für Online-Forschung – DGOF e.V. (GOR 04), Duisburg, 30.–31. 3. 2004.
- Heeren & Shichor (1984). Mass Media and Delinquency Prevention: The Case of „Scared Straight“. *Deviant Behavior*, 5, 375–386.
- Hunt, S. & Adams, M. (1989). Bibliotherapy-based dry bed training: A pilot study. *Behavioural Psychotherapy*, 17, 290–301.
- King, S. A. & Moreggi, D. (1998). Internet therapy and self help groups – the pros and cons. In J. Gackebach (Ed.), *Psychology and the Internet: Intrapersonal, Interpersonal and Transpersonal Implications* (pp. 77–109). San Diego, CA: Academic Press.
- Kuschel, A., Hahlweg, K., Miller, Y., Bertram, H., Heinrichs, N. & Sassmann, H. (2003). Universelle Prävention kindlicher Verhaltensstörungen – das Triple P-Programm. In U. Lehmkuhl (Hrsg.), *Aggressives Verhalten bei Kindern und Jugendlichen. Ursachen, Prävention, Behandlung* (S. 175–182). Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Lang, J. (2001). Gut beraten im Internet? Psychologische Onlineberatung heute. *Psychoscope, Zeitschrift der Föderation der Schweizer Psychologinnen und Psychologen*, 6, 9–13.
- Lang, J. (2002). Wie nutzt die Psychologie die neuen Medien? Beispiel Onlineberatung. In M. Brüstle (Hrsg.), *Kommunikation der Zukunft – Zukunft der Kommunikation. Beiträge der 10. Brixener Tage für Psychologen* (S. 88–107). Bonn: Deutscher Psychologienverlag.
- Largo, R. M. (1999). *Babyjahre. Die frühkindliche Entwicklung aus biologischer Sicht. Das andere Erziehungsbuch* (9. Auflage). Hamburg: Carlsen.
- Lindauer, U. (2003). Online-Therapie mit Webcam und MIMMIS. In E. Etzersdorf, G. Fiedler & M. Witte (Hrsg.), *Neue Medien und Suizidalität. Gefahren und Interventionsmöglichkeiten* (S. 195–211). Göttingen: Vandenhoeck & Ruprecht.
- Michel, G., Perrez, M. und Kronenberg, K. (2001). *Präventiven Eltern Programms (PEP)*. Unveröff. Manuskript, Universität Fribourg (Schweiz).
- Nussbaum, M., Stamer-Brandt, P. & Stiefhofer, M. (2003). *Das Eltern-Survival-Buch. Erziehungstipps die wirklich helfen*. Freiburg i. B.: Christophorus-Verlag.
- O'Neill H. & Woodward, R. (2002). Evaluation of the Parenting Wisely CD-ROM Parent-Training Programme: An Irish Replication. *Irish Journal of Psychology*, 23, 62–72.
- Ott, R. (2003). Klinisch-psychologische Intervention und Psychotherapie im Internet: Ein Review zu empirischen Befunden. In R. Ott & C. Eichenberg (Hrsg.), *Klinische Psychologie und Internet. Potentiale für klinische Praxis, Intervention, Psychotherapie und Forschung* (S. 128–147). Göttingen: Hogrefe.



- Pardeck, J. T. & Pardeck, J. A. (1997). Recommended books for helping young children deal with social and development problems. *Early Child Development and Care*, 136, 57–63.
- Perrez, M. (1980). Implementierung neuen Erziehungsverhaltens: Interventionsforschung im Erziehungsstil-Bereich. In: K. A. Schneewind & Th. Herrmann (Hrsg.), *Erziehungsstilforschung* (S. 245–280). Bern: Hans Huber.
- Perrez, M. (1994). Optimierung und Prävention im erzieherischen Bereich. In K. A. Schneewind (Hrsg.), *Enzyklopädie der Psychologie. Psychologie der Erziehung und Sozialisation. Bd. 1* (S. 585–617). Göttingen: Hogrefe.
- Riordan, R. J. & Wilson, L. S. (1989). Bibliotherapy: Does It Work? *Journal of Counseling and Development*, 67, 506–507.
- Risk, A. & Dzenowagis, J. (2001). Review of Internet Health Information Quality Initiatives. *Journal of Medical Internet Research*, 3, e28.
- Rogge, J. (2003). *Das Anti-Stress-Programm für die Familie. So werden Sie sicher und gelassen im Familien-trubel*. Freiburg: Velber.
- Rünger, M. & Haverkamp, F. (2003). Ressourcen zur Kinder- und Jugendpsychologie, -psychiatrie und -psychotherapie im Internet. In R. Ott & C. Eichenberg (Hrsg.), *Klinische Psychologie und Internet. Potentiale für klinische Praxis, Intervention, Psychotherapie und Forschung* (S. 47–61). Göttingen: Hogrefe.
- Sanders, M. R., Montgomery, D. T. & Brechman-Toussaint, M. L. (2000). The Mass Media and the Prevention of Child Behavior Problems: The Evaluation of a Television Series to Promote Positive Outcomes for Parents and Their Children. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 41, 939–948.
- Sanders, M. R., Turner, K. M. T. & Markie-Dadds, C. (2002). The Development and Dissemination of the Triple P-Positive Parenting Program: A Multilevel, Evidence-Based System of Parenting and Family Support. *Prevention Science*, 3, 173–189.
- Scharnhorst, J. (2002). Gesundheitsinformation durch neue Medien. In M. Brüstle (Hrsg.), *Kommunikation der Zukunft – Zukunft der Kommunikation. Beiträge der 10. Brixener Tage für Psychologen* (S. 39–52). Bonn: Deutscher Psychologenverlag.
- Schneewind, K. A. (2002 a). Freiheit in Grenzen – Wege zu einer wachstumsorientierten Erziehung. In H.-G. Krüsselberg & H. Reichmann (Hrsg.), *Zukunftsperspektive Familie und Wirtschaft* (S. 213–262). Graf-schaft: Vektor-Verlag.
- Schneewind, K. A. (2002 b). „Freiheit in Grenzen“ – die zentrale Botschaft zur Stärkung elterlicher Erziehungs-kompetenz. In H.-G. Krüsselberg & H. Reichmann (Hrsg.), *Zukunftsperspektive Familie und Wirtschaft* (S. 393–404). Graf-schaft: Vektor-Verlag.
- Schneewind, K. A. (2004). „Freiheit in Grenzen“ – Begründung eines integrativen Medienkonzepts zur Stärkung elterlicher Erziehungs-kompetenzen. [online] Verfügbar unter: [http://www.paed.uni-muenchen.de/~ppd/freiheit/F-i-G\\_Medienkonzept.pdf](http://www.paed.uni-muenchen.de/~ppd/freiheit/F-i-G_Medienkonzept.pdf) [18.10.2004].
- Segal, D., Chen, P. Y., Gordon, D. A., Kacir, C. Y., & Gyllys, J. (2003). Development and evaluation of a parenting intervention program: Integration of scientific and practical approaches. *International Journal of Human-Computer Interaction*, 15, 453–468.
- Tate, D. F., Jackvony, E. H. & Wing, R. R. (2003). Effects of Internet behavioral counseling on weight loss in adults at risk for type 2 diabetes: A randomized trial. *JAMA: Journal of the American Medical Association*, 289, 1833–1836.
- Van Well, F. (2000). *Psychologische Beratung im Internet. Vergleichende psychologische Untersuchung traditioneller Beratungsangebote mit der Internet-Beratung – unter ergänzender Berücksichtigung der „Internet-Sucht“*. Bergisch Gladbach: Ferger.
- Wichfort, D. (2001). *www.CoupleCoaching.de. Fitness-training für ihre Partnerbeziehung. Das Doppelbuch zur Website*. Toronto, München: David Wilchfort.
- Winett, R. A., Anderson, E. S., Moore, J. F., Taylor, C. D., Hook, R. J., Webster, D. A., Neubauer, T. E., Harden, M. C., & Mundy L. L. (1993). Efficacy of a home-based HIV prevention video program for teens and parents. *Health Education Quarterly*, 20, 555–567.
- Winett, R. A. (1993). Media-Based Behavior Change Approaches for Prevention. In D. S. Glenwick & L. A. Jason (Eds.), *Promoting Health and Mental Health in Children, Youth, and Families* (pp. 181–203). New York: Springer.
- Wüschner, P. (2003). *Pubertät – Das Überlebenstraining für Eltern*. Frankfurt a. M.: Eichborn.
- Yves Hänggi, lic. phil.  
Prof. Dr. Meinrad Perrez  
Departement für Psychologie  
Universität Fribourg  
Rue de Faucigny 2  
CH-1700 Fribourg  
E-Mail: [yves.haenggi@unifr.ch](mailto:yves.haenggi@unifr.ch)  
[meinrad.perrez@unifr.ch](mailto:meinrad.perrez@unifr.ch)  
Fax: (0041) 2 63 00 97 12