

# Inhaltsverzeichnis

<b>Danksagung</b>	7
<b>Kapitel 1: Einleitung</b>	9
<b>Kapitel 2: Theoretische Grundlagen</b>	10
2.1 Ziele und Überblick	10
2.2 Theoretische Fundierung des Präventionskonzeptes	12
2.2.1 Die Situation von Kindern aus suchtblasteten Familien	12
2.2.2 Das Risiko- und Schutzfaktorenkonzept	14
2.2.3 Theoretische Modelle zur Fundierung von „Trampolin“	16
2.2.4 Forschungsstand zur Wirksamkeit von Präventionsinhalten bei Kindern aus suchtblasteten Familien	19
2.3 Fazit	24
<b>Kapitel 3: Rahmenbedingungen</b>	25
3.1 Die richtige Zielgruppe erreichen	25
3.2 Gute Rahmenbedingungen schaffen	26
3.3 Frequenz und Dauer der Gruppensitzungen	27
3.4 Allgemeiner Ablauf der Module	28
3.5 Jedes Modul gut vorbereiten	31
3.6 Durchführung der Module	31
3.7 Umgang mit schwierigen Situationen während der Gruppenstunden	31
3.8 Abschluss der Gruppenstunden	33
<b>Kapitel 4: Evaluationsergebnisse</b>	34
4.1 Wirksamkeitsstudie	34
4.2 Zufriedenheit der Teilnehmer und Kursleiter	37
4.3 Fazit	39
<b>Kapitel 5: Das Trampolin-Manual</b>	41
5.1 Modul 1 – Vertrauensvolle Gruppenatmosphäre schaffen	41
5.2 Modul 2 – Selbstwert fördern	47
5.3 Modul 3 – Über Sucht in der Familie reden	51
5.4 Modul 4 – Psychoedukation zum Thema „Sucht“	55
5.5 Modul 5 – Adäquaten Umgang mit Emotionen fördern	61
5.6 Modul 6 – Probleme lösen und Selbstwirksamkeit erhöhen	67
5.7 Modul 7 – Verhaltensstrategien in der suchtblasteten Familie erlernen	72
5.8 Modul 8 – Hilfe und Unterstützung einholen	76
5.9 Modul 9 – Positives Abschiednehmen	81
5.10 Modul 10 – Eltern stärken	85
5.10.1 Erste Gruppenstunde	85
5.10.2 Zweite Gruppenstunde	93

<b>Literatur</b> .....	<b>98</b>
------------------------	-----------

## **Anhang**

Arbeitsblatt 1: Was erhoffe ich mir von der Trampolin-Gruppe? .....	107
Arbeitsblatt 2: Positive Sätze für mich .....	108
Arbeitsblatt 3: Hoffnungsvolle Botschaften .....	110
Arbeitsblatt 4: Wann ist jemand süchtig? .....	111
Arbeitsblatt 5: Ich löse ein Problem .....	112
Arbeitsblatt 6: Ich löse ein Problem .....	116
Arbeitsblatt 7: „Was mir alles gut tut“-Liste .....	118
Arbeitsblatt 8: Beratung für Kinder und Jugendliche, deren Eltern süchtig sind .....	119
Arbeitsblatt 9: Regeln für erfolgreiches Fragen .....	120
Arbeitsblatt 10: Flaschenpost für dich .....	121
Arbeitsblatt 11: Leitfaden für die Übung „Den anderen vorstellen“ .....	122
Arbeitsblatt 12: Erziehungsstile .....	123
Arbeitsblatt 13: Hilfestellungen beim Durchsetzen von Regeln .....	124
Arbeitsblatt 14: Setze logische Konsequenzen ein .....	125
Arbeitsblatt 15: Rechte des Kindes .....	126
Arbeitsblatt 16: Ich denke, das denkt mein Kind .....	127
Arbeitsblatt 17: Wie können Kinder (nicht nur) aus suchtbelasteten Familien gefördert werden? Tipps für Eltern und Angehörige .....	128
Übersicht über die Materialien auf der CD-ROM .....	129

## **CD-ROM**

Die CD-ROM enthält PDF-Dateien aller Materialien, die zur Durchführung des Therapieprogrammes verwendet werden können.

Die PDF-Dateien können mit dem Programm Acrobat® Reader (eine kostenlose Version ist unter [www.adobe.com/products/acrobat](http://www.adobe.com/products/acrobat) erhältlich) gelesen und ausgedruckt werden.