

Institut für Forschung und Ausbildung in Kommunikationstherapie e.V.

Rückertstraße 9, 80336 München

www.institutkom.de



**Forschungsbericht „Klimaveränderung“ – Familienzeit in den
Ferien: Zeit für mich – Zeit für dich – Zeit für uns**

Impressum

„Klimaveränderung“ Familienzeit in den Ferien: Zeit für mich – Zeit für dich – Zeit für uns

Auftraggeber und Finanzierung:

Kolping-Familienwerk DV Münster GmbH

Gerlever Weg 1, 48653 Coesfeld

Durchführung:

Institut für Forschung und Ausbildung in Kommunikationstherapie e. V.

Rückertstraße 9, 80336 München, www.institutkom.de

Kursentwicklung

Beate Böhmert, Dipl.-Psych., Gabriele Flügel, Dipl.-Sozialpäd.

Wissenschaftliche Begleitstudie:

Claudia Hauke-Schrag, Dipl.-Psych. (Projektleitung)

Dr. Franz Thurmaier, Dr. Joachim Engl (wissenschaftliche Beratung)

Autoren:

Claudia Hauke-Schrag, Dipl.-Psych., Beate Böhmert, Dipl.-Psych.

Weitere Projektmitarbeit:

Statistische Auswertung: Claudia Stuckart, M. Sc. (STAT-UP)

Januar 2015

Inhalt

Impressum.....	2
1. „Klimaveränderung“ – Familienzeit in den Ferien	4
2. „Familienklima“ – Kommunikationstraining für Eltern	5
2.1 Struktur.....	5
2.2 Didaktik.....	6
2.3 Inhalte.....	7
2.4 Trainerausbildung.....	8
3. Die wissenschaftliche Begleitstudie	9
3.1 Projektziele und Fragestellungen.....	9
3.2 Methodische Vorgehensweise	9
3.2.1 Projektdesign und Durchführung.....	9
3.2.2 Fragebogeninventar	10
3.2.3 Datenaufbereitung und statistische Methoden.....	13
3.3 Merkmale der Teilnehmer	14
4. Ergebnisse	16
4.1 Partnerschaftliche Qualität	16
4.2 Zusammenarbeit in der Erziehung	21
4.3 Erholung und körperliches Allgemeinbefinden.....	25
4.4 Motivation und Zufriedenheit der Teilnehmer	27
5. Zusammenfassung und Schlussfolgerung	30
6. Literaturverzeichnis.....	32

1. „Klimaveränderung“ – Familienzeit in den Ferien

Viel investieren wir, um uns gesundheitlich und beruflich fit zu halten. Für unser Wohlbefinden ist allerdings ebenso wichtig, wie das Zusammenleben in der Familie klappt und wie gut wir uns als Paar verstehen. (Flyer „Klimaveränderung“, 2014)

Liebe, Partnerschaft und Familie sind zentrale Faktoren für das Wohlbefinden des Menschen. Vor allem die Qualität dieser engen Beziehungen hat eine hohe Bedeutung für die Lebenszufriedenheit und Gesundheit jedes Einzelnen sowie der Familien. Die Familie gilt als das Herzstück der Gesellschaft, wobei die Eltern als „die Architekten der Familie“ (Virginia Satir, 1982) in hohem Maße verantwortlich für die Sozialisation der nachwachsenden Generation sind. Damit tragen die Eltern die Hauptverantwortung für die zukünftige Entwicklung und Gestaltung unserer Gesellschaft (vgl. Böhmert, 2008). Umso wichtiger sind daher präventive Angebote für Familien, die praktisches Wissen und hilfreiche Methoden zur Bewältigung der täglichen Herausforderungen vermitteln. Ein gesunder Umgang mit Stress, zufriedenstellende Regulation von Konflikten sowie die Gestaltung eines förderlichen Paar- und Familienklimas sind lernbar. Vor diesem Hintergrund wurde das Konzept „Klimaveränderung – Familienzeit in den Ferien“ ins Leben gerufen.

Die Idee der Initiatoren vom Kolping-Familienwerk Diözesanverband Münster e.V. war, mittels einer Woche präventiven Eltern-Kommunikationstrainings in angenehmer Atmosphäre plus einer Woche „nur“ Urlaub auf das Familienklima und Wohlbefinden der Teilnehmer¹ positiv einzuwirken. Hierfür wurde ein speziell auf das Paar- und Familiensystem zugeschnittener Eltern-Kurs konzipiert, umrahmt von einem zweiwöchigen Familienurlaub in idyllischer Lage am Biggensee bei Olpe, mit Vollpension, diversen Freizeitmöglichkeiten sowie Kinderbetreuung: also viel „Qualitytime“ für das Eltern-Paar zu zweit und die gesamte Familie.

Das Programm „Klimaveränderung – Familienzeit in den Ferien“ wurde vom Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend gefördert, so dass die Familien lediglich die Kosten für die Unterbringung und Verpflegung in der Kolping-Familienferienstätte „Regenbogenland“ leisten mussten. Den Eltern wurde während der ersten Woche ein halbtägiges Eltern-Kommunikationstraining (bei gleichzeitiger Kinderbetreuung) durch eigens ausgebildete Trainer angeboten. Die zweite Woche stand den Familien zur freien Verfügung und beinhaltete darüber hinaus das Angebot bei Bedarf

¹ Personifizierte Begriffe werden im Folgenden geschlechtsneutral verwendet und schließen, sofern nicht anders angegeben, sowohl Frauen als auch Männer mit ein. Lediglich aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird das Maskulinum verwendet.

eine individuelle Ehe-, Familien- und Lebensberatung durch die Trainer in Anspruch zu nehmen.

2. „Familienklima“ – Kommunikationstraining für Eltern

Unter Leitung von Dr. Franz Thurmaier, Institut für Forschung und Ausbildung in Kommunikationstherapie e.V., wurde von Beate Böhmert, Dipl.-Psych., und Gabriele Flügel, Dipl.-Sozialpäd., speziell für das Ferienprogramm „Klimaveränderung“ ein Elternkurs entwickelt.

Das Training hat einen deutlich präventiven Charakter. Es ist auf Kompetenzerwerb ausgerichtet und ressourcenorientiert angelegt. Als Grundlage diente das Kommunikationsprogramm „Konstruktive Ehe und Kommunikation“ (KEK) von Engl und Thurmaier (1998). Da die Zielgruppe keine belasteten Paare vorsah, und um dem besonderen Rahmen (Urlaubscharakter) gerecht zu werden, wurden stark konfliktorientierte Maßnahmen (z.B. „Notfallvereinbarung“ oder „Problemlöseschema“) bewusst ausgeklammert. Falls belastende Themen bei den Paaren auftreten sollten greift die optionale Beratungsmöglichkeit in der zweiten Woche. Um höchste Flexibilität für die Durchführung zu gewährleisten (z.B. Anpassung an die tatsächliche Anzahl der Teilnehmer, der zur Verfügung stehenden Räume, Essenszeiten, Kinderbetreuung) wurde das Training in sechs halbtägige, jeweils in sich abgeschlossene aber dennoch aufeinander aufbauende Module zu relevanten Inhalten eingeteilt. Zum Beispiel ziehen sich die Sprecher- und Zuhörerregeln nach KEK wie ein roter Faden durch alle sechs Einheiten (hoher Trainingseffekt). Es werden Themen auf der Individual-, Paar-, Eltern- sowie Kind- und Familienebene behandelt. Das Konzept wurde noch aus einigen weiteren Quellen ergänzt (Ende, 1973; Engl, Ochsner-Trissl & Thurmaier, 2008; Engl & Thurmaier, 1998; Engl & Thurmaier, 2010; Eurofamilia, 2000; Fthenakis & Bundesministerium für Bildung und Forschung Deutschland, 2005; Gordon, 1979; Gottman, 1997; Graf, 2005; LMU München Projekt-Initiative, 2006; Maschwitz & Maschwitz, 2013; Schneewind & Böhmert, 2009; Schulz von Thun, 1990; Staatsinstitut für Familienforschung an der Universität Bamberg, 2006).

2.1 Struktur

Jedes Modul widmet sich einem bestimmten für die Zielgruppe relevanten Thema. Die Einheiten beginnen jeweils mit einer kurzen thematisch passenden „Lockerungs-Übung“. Anschließend erfolgt die Einführung in das jeweilige Thema durch einen möglichst knapp gehaltenen Theorieteil gefolgt von diversen Übungen zur Erfahrung und Vertiefung des

Gelernten. Den Abschluss jedes Moduls bilden eine Körperübung sowie eine Blitzlichtrunde. Natürlich ist auch Zeit für Austausch im Plenum sowie eine Pause vorgesehen.

2.2 Didaktik

Sage es mir und ich werde es vergessen.

Zeige es mir und ich werde es vielleicht behalten.

Lass es mich tun und ich werde es können. (Konfuzius)

In diesem Sinne beinhaltet die Arbeitsweise kurze theoretische Inputs, viel gemeinsames Üben der Paare, unterstützt durch die Anwendung der im KEK verwendeten Sprecher- und Zuhörer-Regeln, Kleingruppenarbeit, Selbstreflexion sowie Austausch im Plenum.

Vorgesehen sind frei formulierte Kurzvorträge durch die Trainer mit begleitender Visualisierung auf dem Flipchart. Die so entstehenden „Poster“ sollen über die Tage nacheinander entlang der Wände in dem Großgruppenraum aufgehängt werden, so dass immer wieder auf das bereits Gelernte Bezug genommen werden kann und die Teilnehmer sich so leichter erinnern und sehen können, was sie bereits alles gelernt haben (Motivationseffekt).

Die Übungen werden von den Trainern angeleitet, die die Paare/Kleingruppen situativ begleiten. Sie dienen der Vertiefung der theoretischen Aspekte und laden zur Selbsterfahrung ein. Multimethodisches Vorgehen, z.B. Einzelarbeit anhand von Reflexionsblättern, Paar- und Kleingruppenarbeit, Rollenspiele etc. sorgen für Abwechslung. Während die theoretischen Inputs in jedem Fall abgehalten werden sollten können einige Übungen flexibel gehandhabt werden, wie z. B. Lockerungsübungen kürzen oder weglassen, Gesprächsübungen vertiefen, Entspannungsübung/Partnermassage separat am Nachmittag/Abend anbieten oder Arbeitsblätter als „Hausaufgabe“ mitgeben. Hier ist den Trainern bewusst Freiraum in der Handhabung des Manuals – zugeschnitten auf die jeweiligen Bedürfnisse der Gruppen – eingeräumt. Jedes Modul enthält eine straffe zeitliche Struktur zur Orientierung (Trainerleitfaden), wobei sich die angegebenen Zeiten als Richtlinie verstehen und auch das Zeitmanagement den jeweiligen Trainern im Hinblick auf die Gegebenheiten vor Ort (Teilnehmerzahl, Essenszeiten, Kinderbetreuung, Problembehaftung der Teilnehmer, spezifische Bedürfnisse etc.) überlassen bleibt.

Jeder Teilnehmer erhält ein Begleitheft mit ausgewähltem theoretischem Input sowie Arbeits- und Reflexionsblättern. Darüber hinaus wurde bewusst auf sparsames Equipment geachtet, um den Kurs jederzeit mit einer gängigen Seminarraumausstattung ohne „größere Materialschlacht“ abhalten zu können. Alle benötigten Materialien sind im jeweiligen Trainerleitfaden vermerkt.

Aufgrund seiner hohen strukturellen Flexibilität lässt sich das Eltern-Trainingsprogramm „Familienklima“ auch gut in andere Rahmenbedingungen integrieren und kann unter Umständen auch in anderen Kontexten komplett oder in Teilen zum Einsatz kommen.

2.3 Inhalte

Das Manual und die Begleithefte können beim Institut für Forschung und Ausbildung in Kommunikationstherapie e.V. bezogen werden. Im Folgenden findet sich eine Kurzbeschreibung der einzelnen Module.

➤ **Modul 1: Konstruktive Kommunikation**

Das erste Modul beschäftigt sich nach einer ausführlichen kreativen Vorstellungsübung mit Kommunikation im Allgemeinen, beleuchtet theoretische Gesichtspunkte und schließt mit dem Einüben von Sprecher- und Zuhörerregeln nach KEK ab.

➤ **Modul 2: Konfliktmanagement**

Am zweiten Tag üben die Paare eine gemeinsame positive Konfliktbewältigung. In den Übungen werden u. a. ausführlich die persönliche Ärgerregulation sowie das Äußern von unangenehmen Gefühlen im Paargespräch behandelt.

➤ **Modul 3: Stress-Coping**

Die dritte Einheit beinhaltet Elemente aus dem Kommunikationstraining SPL (Stressbewältigung mit Partnerschaftlichem Lernprogramm) von Engl, Ochsner-Trissl und Thurmaier (2008) und behandelt den Umgang mit individuellem und partnerschaftlichem Stress. Sie beinhaltet neben theoretischen Erklärungsmodellen einen anhand der Sprecher- und Zuhörer-Regeln kontrollierten Paaraustausch über eigene Stresserlebnisse und vermittelt Strategien zur Stressbewältigung.

➤ **Modul 4: Eltern sein – gemeinsam erziehen**

Das vierte Modul widmet sich der Elternebene und behandelt Grundlagen und Wertvorstellungen der Partner im Hinblick auf das Familienleben. Im Fokus stehen vor allem die Zusammenarbeit der Eltern als Team, Erziehungsstile sowie Vereinbarungen zu Erziehungssituationen und -regeln.

➤ **Modul 5: Kommunikation in der Familie und in Erziehungssituationen**

Die vorletzte Einheit hat die Kommunikation in der Familie und speziell mit den Kindern zum Thema. Sie leitet die Eltern in einem „Emotionstraining im Erziehungsalltag“ sowie im „Loben und Auffordern“ anhand von Sprecherregeln an.

➤ **Modul 6: Ressourcen**

Abschließend beschäftigt sich der Eltern-Kurs mit Ressourcen sowohl als Paar, z.B. mit der Suche nach Kraftquellen der Beziehung, und Individuum im Sinne der Erarbeitung eines eigenen hedonistischen Repertoires, als auch mit den Ressourcen der gesamten Familie.

2.4 Trainerausbildung

Für die Durchführung des Trainings sollten überwiegend Ehe-, Familien- und Lebensberater, Paartherapeuten oder in ähnlichen Berufen tätige Personen ausgebildet werden, da das Programm ein gewisses „Grund-Know-How“ im Umgang mit der Zielgruppe sowie der theoretischen Hintergründe voraussetzt. Auch sind beraterische Kompetenzen in vielerlei Hinsicht notwendig für die anspruchsvolle Arbeit mit der Zielgruppe.

Ursprünglich geplant war die Schulung von 16 Trainern, aber nachdem die Anmeldung zu dem Ferienprogramm „Klimaveränderung“ sehr schleppend lief, wurden zunächst lediglich sieben Trainer in der Durchführung des Manuals geschult. Alle sieben Teilnehmer der „Familienklima“-Weiterbildung waren bereits erfahrene EPL-, KEK-, SPL- oder KomKom-Trainer, kompetent in der Arbeit mit Paaren und in beraterischen oder pädagogischen Berufen tätig. Die Schulung fand an zwei Tagen im Mai in der Ehe-, Familien- und Lebensberatung der Diözese Münster statt und wurde von den Programmentwicklerinnen Beate Böhmert, Dipl.-Psych., und Gabriele Flügel, Dipl.-Sozialpäd., geleitet. Die Weiterbildungsteilnehmer wurden vor allem in der Philosophie, der Struktur sowie in den speziell für diesen Kurs entwickelten Elementen des Programms instruiert. Sie übten insbesondere die Vorstellung der theoretischen Inputs an Hand der Flipchart-Zeichnungen sowie die Anleitung und Auswertung der Übungen ein.

Bereits während der Schulung äußerten sich die angehenden Trainer durchweg positiv zu dem Konzept sowie der Durchführbarkeit des Elternkurses. Sie freuten sich auf ihren Einsatz bei den „Familienferien“ und wollten sich schließlich selbst einigen, wer wann welchen Kurs leiten würde. Leider kam dann letztendlich nur eine Urlaubsgruppe zustande, so dass nur drei Trainer zum Einsatz kamen.

3. Die wissenschaftliche Begleitstudie

3.1 Projektziele und Fragestellungen

Das Ziel des Ferienprogramms „Klimaveränderung“ liegt in der präventiven Verbesserung des Familienklimas und der Steigerung des Wohlbefindens der Familienmitglieder. Mit Hilfe des eigens für dieses Programm entwickelten Kommunikationstrainings für Eltern soll die Paar- und Familienkommunikation verbessert und die Zusammenarbeit der Eltern in der Erziehung gestärkt werden. Durch die Rundumversorgung und die frei verfügbare Familienzeit mit verschiedenen Freizeitmöglichkeiten soll das Wohlbefinden aller Familienmitglieder gesteigert werden.

Die Evaluation untersucht, inwieweit das Programm „Klimaveränderung“ einen positiven Einfluss auf Partnerschaft, Familie und persönliches Wohlbefinden hat und prüft dazu im Einzelnen die folgenden Annahmen:

- Das Kommunikationstraining erhöht die partnerschaftliche Qualität, was sich in der Verbesserung der Paarinteraktion und -kommunikation, dem vermehrten Austausch von Zärtlichkeiten und einer Verringerung des destruktiven Streitverhaltens zeigt.
- Das Kommunikationstraining verbessert die Zusammenarbeit der Paare in der Erziehung, was sich in einer größeren Übereinstimmung bei Fragen zur Kindererziehung, zu Regeln und Bestrafungen und in einer besseren gegenseitigen Unterstützung in der Eltern-Kind-Beziehung zeigt.
- Das Ferienprogramm „Klimaveränderung“ trägt zum Wohlbefinden bei, was sich in der Verringerung der subjektiv empfundenen Belastung durch körperliche und Allgemeinbeschwerden zeigt.

Zudem wird die Motivation für die Teilnahme an der Familienzeit „Klimaveränderung“, die Erwartungen der Teilnehmer, die Zufriedenheit mit dem Kommunikationstraining und dem gesamten Angebot erhoben.

3.2 Methodische Vorgehensweise

3.2.1 Projektdesign und Durchführung

Im Januar 2014 wurde mit der Planung für die Erstellung eines Kommunikationstrainings für Eltern im Rahmen der Familienzeit „Klimaveränderung“ sowie der wissenschaftlichen Begleitstudie zum Programm begonnen. Bis Ende Mai 2014 war die Entwicklung des Eltern-Kommunikationstrainings (Programmentwicklung: Beate Böhmert, Dipl.-Psych., Gabriele

Flügel, Dipl.-Sozialpäd., s. Abschnitt 2. „Familienklima“ – Kommunikationstraining für Eltern) und die Zusammenstellung eines Fragebogeninventars zur Erhebung abgeschlossen. Das Trainingsprogramm für Eltern dient der Verbesserung der Kommunikation und Beziehung auf Paar-, Eltern- und Familienebene. Es besteht aus sechs Einheiten und behandelt Themen wie konstruktive Kommunikation, Konflikt- und Stressmanagement, Co-Parenting und Ressourcenaktivierung. Das Elternttraining wird in der ersten Woche der Familienferien angeboten. Die Schulung der zukünftigen Trainer für das Programm wurde von den Programmautorinnen durchgeführt und fand im Mai 2014 statt.

Das Programm und die Datenerhebung für die wissenschaftliche Begleitstudie wurden im Juli 2014 im Haus „Regenbogenland“ des Kolping-Familienwerks in Olpe durchgeführt. Vom Veranstalter geplant waren zwei Kurstermine mit jeweils maximal 24 teilnehmenden Paaren bzw. Familien. Aufgrund der geringen Anmeldezahl fand jedoch nur ein Termin mit fünf Familien statt.

Die wissenschaftliche Evaluation (Leitung: Claudia Hauke-Schrag, Dipl.-Psych., wissenschaftliche Beratung: Dr. Franz Thurmaier, Dr. Joachim Engl, Projektmitarbeit: Beate Böhmert, Dipl.-Psych.) zur Effektivität des Programms ist als Prä-Post-Erhebung angelegt. Zu Beginn des Programms (Prä-Erhebung) und zwei Wochen später, am Ende der Familienferien (Post-Erhebung), wurden Daten zur Partnerschaft, zur Zusammenarbeit der Eltern in der Erziehung, zum körperlichen Allgemeinbefinden sowie zur Motivation und Zufriedenheit der Teilnehmer erhoben. Am Ende des Kommunikationstrainings in der ersten Woche wurde zudem die Zufriedenheit mit den Kursinhalten und den Lerneffekten mit einem kurzen Fragebogen erfasst.

Die Datenauswertung und Berichterstellung fand zwischen Dezember 2014 und Januar 2015 statt.

3.2.2 Fragebogeninventar

Zur Klärung der im Abschnitt 3.1 Projektziele und Fragestellungen aufgeführten Fragestellungen wurden die im Folgenden beschriebenen Fragebögen eingesetzt.

Partnerschaftsfragebogen (PFB-K)

Zur Klärung der Beziehungsqualität wurde die Kurzform des Partnerschaftsfragebogen (PFB-K, Kliem et al., 2012) sowohl in der Prä- als auch in der Posterhebung eingesetzt.

Der PFB-K besteht aus 9 Items, die drei Skalen zugeordnet werden. Alle Items beschreiben konkrete Bereiche partnerschaftlichen Verhaltens bzw. den kommunikativen und emotionalen Umgang der Partner miteinander. Dabei werden mit der Skala „*Streitverhalten*“

Verhaltensweisen erfasst, die vom Partner während eines Konflikts oder eines Streits gezeigt werden können und die nicht einer Konfliktlösung dienlich sind (z.B. „Er/Sie äußert sich abfällig über eine von mir geäußerte Meinung“). Die Skala „Zärtlichkeit“ erfasst Verhaltensweisen, die den direkten Körperkontakt der Partner zum Gegenstand haben (z.B. „Er/Sie streichelt mich zärtlich“). Die Items der Skala „Gemeinsamkeit/Kommunikation“ beschreiben Aktivitäten, die die Verbundenheit mit dem Partner kennzeichnen sowie kommunikative Aspekte (z.B. „Wir unterhalten uns am Abend mindestens eine halbe Stunde lang miteinander“). Zu jedem Item gibt es eine vierstufige Abstimmungsmöglichkeit (0=„nie/sehr selten“ bis 3=„sehr oft“). In die Auswertung gehen die Skalenwerte ein. Zudem lässt sich ein Gesamtwert bilden, der zwischen 0 und 27 liegen kann.

Zusätzlich enthält der PFB als 10. Item eine Frage zur *globalen Glückseinschätzung* in der Beziehung („Wie glücklich schätzen Sie Ihre Partnerschaft derzeit ein?“). Die sechs Antwortkategorien reichen ohne neutrale Kategorie von „sehr unglücklich“ bis „sehr glücklich“.

Problemliste (PL)

Die Problemliste erfasst die aktuelle Problembelastung der Teilnehmer (PL, Hahlweg, Schindler & Revenstorf, 1982; Hahlweg, 1996) und führt 23 verschiedene Bereiche des Zusammenlebens auf, die in Beziehungen häufig Anlass zu Konflikten geben. Die Teilnehmer geben an, ob es in diesen Bereichen derzeit zu Problemen kommt und wie vorwiegend mit vorhandenen Problemen umgegangen wird. Es stehen vier Antwortkategorien zur Auswahl (0 = „keine Konflikte“, 1 = „Konflikte, erfolgreiche Lösungen“, 2 = „Konflikte, keine Lösungen, oft Streit“ und 3 = „Konflikte, aber wir sprechen kaum darüber“). Zur Berechnung des Gesamtkonfliktwerts werden zwei Kategorien gebildet. „Keine Konflikte bzw. erfolgreiche Lösungen“ entsprechen dem Wert 0, „Konflikte bzw. keine erfolgreichen Lösungen“ dem Wert 1. Die Anzahl aller ungelösten Konfliktbereiche kennzeichnet die Problembelastung. In Ehepartner befindliche Personen geben dabei im Mittel sieben Bereiche als problematisch an, während mit der Beziehung zufriedene Partner im Mittel nur einen Bereich als problematisch einschätzen (Hank, Hahlweg & Klann, 1990; Hahlweg, 1996). In der vorliegenden Studie wurde die Problemliste in der Prä-Erhebung zur Eingangsdiagnostik eingesetzt.

Erziehungskonfliktskala (EKS)

Die Erziehungskonfliktskala² (EKS, Kröger et al., 2009) ist die deutsche Version der „Parent Problem Checklist“ (Dadds & Powell, 1991) und erfasst, ob Eltern in der Erziehung

² Im vorliegenden Fragebogeninventar wird der Fragebogen als „Problemliste für Eltern“ bezeichnet.

kooperieren, welche Konflikte sie in diesem Bereich haben und inwieweit es den Eltern gelingt, Erziehungsaufgaben als Team zu bewältigen. Der Fragebogen besteht aus 16 Items, die drei Bereichen zugeordnet sind: Sechs Items erfragen die Übereinstimmung hinsichtlich Regeln und Bestrafung bei kindlichem Fehlverhalten, sechs Items beziehen sich auf Konflikte zu Fragen der Kindererziehung und vier Items erfassen, wie sich die Eltern in ihrer Beziehung zum Kind gegenseitig schwächen. Auf einer vierstufigen Skala von 1 = „trifft nicht zu“ bis 4 = „trifft zu“ geben die Eltern an, inwieweit gewisse Streitpunkte in den vergangenen vier Wochen ein Problem für sie dargestellt haben. In der Post-Erhebung der vorliegenden Studie wurde die Zusammenarbeit der Eltern in den vergangenen zwei Wochen abgefragt. Die Auswertung erfolgt, indem die Summe über alle Einzelitems gebildet wird. Die Erziehungskonfliktskala wurde zur Erfassung der subjektiven Einschätzung der Eltern über typische Unstimmigkeiten in der Erziehung sowohl in der Prä- als auch in der Post-Erhebung eingesetzt.

Beschwerdenliste (B-LR)

Die subjektiv empfundene Belastung durch körperliche und Allgemeinbeschwerden wurde in der vorliegenden Studie in der Prä- und Post-Erhebung durch die revidierte Fassung der Beschwerdenliste (B-LR, von Zerssen & Petermann, 2011) erhoben. Dieser Fragebogen eignet sich zur aktuellen Zustandsdiagnose, zur Untersuchung von Veränderungen globaler Beeinträchtigungen sowie zur Erkennung bestimmter „Leitbeschwerden“. Unter den 24 Items finden sich inhaltlich die Bereiche Allgemeinbeschwerden (z.B. „Schwächegefühl“), lokalisierbare körperliche Beschwerden (z.B. „Kreuz- oder Rückenschmerzen“), körpernahe Allgemeinbeschwerden (z.B. „Appetitlosigkeit“) und ausgesprochen psychische Beschwerden (z.B. „Angstgefühl“). Es liegen vier Antwortkategorien von 0 = „gar nicht“ bis 3 = „stark“ vor. Aus dem Summenwert aller Items wird der Grad der subjektiv empfundenen Gesamtbeeinträchtigung ersichtlich, anhand dessen sich bei mehrmaligem Ausfüllen Veränderungen abzeichnen können.

Evaluation Kommunikationstraining

Am Ende des Eltern-Kommunikationstrainings wird die Zufriedenheit der Teilnehmer mit den Kursinhalten und Lerneffekten in einem kurzen Fragebogen erhoben. Auf einer 5-stufigen Skala von 1 = „stimmt gar nicht“ bis 5 = „stimmt vollkommen“ wird die Zustimmung zu 10 Aussagen zum Kurs erfasst. Zudem gibt es noch eine Beurteilung der Gesamtzufriedenheit in Prozent (0 % bis 100 %). In drei offenen Fragen können die Teilnehmer angeben, was ihnen besonders gut gefallen hat, was noch gefehlt hat und ob es außerhalb des Kurses Ereignisse gab, die für den Kursverlauf von Bedeutung waren.

Allgemeine Daten, Daten zur Zufriedenheit und zum Kommunikationstraining

In der Prä-Erhebung werden Eingangs auch relevante soziodemographischen Angaben sowie Daten zu den Kindern, zur Motivation und den Erwartungen bezüglich der Familienferien erhoben.

Zur Evaluation des Kommunikationstrainings wurde ein Fragebogen aus zehn Rating-Fragen, einer Gesamteinschätzung und drei offenen Fragen konzipiert. Die Teilnehmer geben auf einer fünfstufigen Skala von 1 = „stimmt gar nicht“ bis 5 = „stimmt vollkommen“ an, wie sie den Ablauf des Kurses und die Lerneffekt durch den Kurs einschätzen. Der Fragebogen wurde nach Abschluss des Trainings am Ende der ersten Woche ausgefüllt.

Zum Abschluss der Post-Erhebung werden Daten zur Zufriedenheit mit den Rahmenbedingungen des Ferienprogramms, wie Unterbringung und Verpflegung, sowie zur Einschätzung des Elterntrainingsprogramms erhoben. Die Fragen zum Trainingsprogramm beziehen sich auf die Einschätzung der Lerneffekte und der Verbesserung der Paar- bzw. Familienkommunikation und –beziehung. Die Fragebögen bestehen aus Rating-Fragen und offenen Fragen. Die Rating-Fragen werden jeweils mittels einer fünfstufigen Skala (1 = „überhaupt nicht zufrieden“ bzw. „stimmt gar nicht“ bis 5 = „völlig zufrieden“ bzw. „stimmt vollkommen“) beantwortet.

3.2.3 Datenaufbereitung und statistische Methoden

Für die Datenaufbereitung wurden zunächst die Skalen- bzw. Gesamtwerte aus den Variablen der Fragebögen zur Partnerschaftsqualität (PFB-K), Problembelastung (PL), zur Zusammenarbeit der Eltern in der Erziehung (EKS) und zum körperlichen Allgemeinbefinden (B-LR) errechnet.

Die teststatistische Auswertung der Daten erfolgte in Zusammenarbeit mit Claudia Stuckart M.Sc. (STAT-UP Statistische Beratung & Dienstleistungen). Eingesetzt wurden die Statistikprogramme SPSS (Version 19) und R Code Team (Version 3.1.1). Zur Anwendung kamen dabei die folgenden statistischen Verfahren:

- *Absolute und Relative Häufigkeiten*
- *Wilcoxon-Vorzeichen-Rang Test* für verbundene ordinal skalierte Stichproben. Der Test kann sowohl für gerichtete als auch ungerichtete Hypothesen durchgeführt werden und bezieht sich sowohl auf die Richtung der Veränderung als auch auf die Stärke der Veränderung.

3.3 Merkmale der Teilnehmer

Die Stichprobe umfasste 10 Teilnehmer, davon 5 Männer und 5 Frauen, im Alter zwischen 32 und 48 Jahren (MW = 39,7 Jahre). Sie waren alle mit ihrem teilnehmenden Partner verheiratet (5 Paare) und deutscher Nationalität ohne Migrationshintergrund. Von allen Teilnehmern liegen Daten zu beiden Messzeitpunkten vor. Aufgrund der kleinen Stichprobengröße werden die deskriptiven Angaben zu den soziodemographischen Daten in absoluten Zahlen angegeben.

Religionszugehörigkeit

Zur Religionszugehörigkeit gaben 7 Teilnehmer an, der römisch-katholischen Kirche anzugehören, 2 Teilnehmer gaben an, der evangelischen Kirche anzugehören und 1 Teilnehmer gab an, einer anderen nicht näher benannten Religion anzugehören.

Wohnumfeld

3 Paare wohnen mit ihren Familien in einem städtischen Umfeld, 1 Paar wohnt in einem großstädtischen Umfeld und 1 Paar im dörflich-ländlichen Raum.

Schulabschluss

Von den Teilnehmern gaben 4 Personen an, das Abitur zu haben, 3 haben die Fachhochschulreife, 2 haben einen Realabschluss und 1 Person hat einen Hauptschulabschluss.

Ausbildungsabschluss

Zum Ausbildungsabschluss gaben 4 Personen an, einen Fachhochschulabschluss zu haben, 3 haben eine abgeschlossene Lehre, 2 einen Universitätsabschluss und 1 Person ist ohne Ausbildungsabschluss.

Beschäftigungsverhältnis

Ganztags arbeiten 6 Personen, in Teilzeit 3 Personen, 1 Person ist im Haushalt beschäftigt.

Monatliches Nettoeinkommen

Alle 5 Familien, die an der Familienzeit teilgenommen haben, leben vom eigenen Einkommen. Zwei der Familien steht monatlich zwischen 2.700 und 4.000 Euro netto zur

Verfügung. Den anderen drei Familien steht monatlich einmal bis zu 1.300 Euro netto, einmal zwischen 1.300 und 2.700 Euro netto und einmal über 4.000 Euro netto zur Verfügung.

Kinder

Insgesamt haben die teilnehmenden Paare 15 Kinder, davon leben 13 Kinder in den gemeinsamen Haushalten.

10 Kinder stammen aus den aktuellen Partnerschaften, 3 Kinder aus früheren Partnerschaften und 2 Kinder sind Pflegekinder. Die Kinder sind zwischen 1 Jahr und 21 Jahre alt, im Mittel beträgt das Alter der Kinder 8,2 Jahre. Leider lagen in 2 Fällen widersprüchliche Angaben zum Alter der Kinder vor, so dass für die vorliegende Auswertung die Angaben der Mutter in die Berechnungen eingegangen sind, was bei der Interpretation der Ergebnisse beachtet werden muss.

Fazit

Die Daten der teilnehmenden Personen bzw. Paare zeigen ein recht heterogenes Bild im Bezug auf Bildung, Berufstätigkeit, Verdienst und die soziodemographischen Angaben der Kinder, wobei die meisten Teilnehmer über eine gut bis sehr gute Bildung und ein mittleres bis hohes Einkommen verfügen.

Bezogen auf Familienstand und Nationalität zeigt sich die Stichprobe dagegen sehr homogen. Alle Paare sind verheiratet, was bei der angesprochenen Zielgruppe nicht überrascht. Ein hoher Anteil verheirateter Paare war zu erwarten. Die Teilnehmer sind alle deutscher Nationalität und ohne Migrationshintergrund, was zum einen am Veranstalter, der Art des Programms und der Öffentlichkeitsarbeit, zum anderen aber auch an der geringen Teilnehmerzahl liegen kann.

Mit nur 10 Teilnehmern liegt hier eine recht kleine Stichprobe vor, die jedoch eine hohe Merkmalsvielfalt aufweist. Die Repräsentativität der Stichprobe bezogen auf die Größe sowie die Generalisierbarkeit der Ergebnisse sind als eingeschränkt zu bewerten und müssen bei der Interpretation der Ergebnisse beachtet werden.

Ein Grund für die geringe Teilnehmerzahl war, dass aus förderrechtlichen Gründen der Hinweis, dass es sich um Familienferien handelt, entfallen musste. Weitere Gründe könnten in der kurzen Werbevorlaufphase für das Angebot, in den gewählten Werbemaßnahmen und der Höhe der Kosten für die Familienferien, obwohl sehr hoch subventioniert, zu finden sein. Auch die Wahl des Ferienortes könnte hierbei eine Rolle gespielt haben.

4. Ergebnisse

Die Darstellung der Ergebnisse gliedert sich entsprechend der im Abschnitt 3.1 beschriebenen Projektziele und Fragestellungen. Zur Datenerhebung wurden die Teilnehmer an zwei Messzeitpunkten, zu Beginn (Prä-Erhebung) und zum Ende der Familienferien (Post-Erhebung), hinsichtlich ihrer partnerschaftlichen Qualität, ihrer Zusammenarbeit in der Beziehung und ihrer körperlichen Befindlichkeit befragt. Die Evaluation analysiert die Angaben zu den Messzeitpunkten sowie die kurzfristigen Veränderungen in diesen Bereichen nach der Teilnahme am Programm „Klimaveränderung“³. Zusätzlich wurde die Zufriedenheit mit dem Kommunikationstraining am Ende des Kurses erhoben.

Die Ergebnisse werden im Folgenden nicht getrennt nach Geschlechtern dargestellt. Aufgrund der geringen Fallzahl pro Gruppe (5 Frauen, 5 Männer) war die deskriptive Analyse der Ergebnisse auf Geschlechterunterschiede der teststatistischen Auswertung vorzuziehen. Die Datenanalyse zeigte, dass auf der Ebene der Items vereinzelt Unterschiede zwischen den Geschlechtern bestehen, die jedoch nicht als systematische Unterschiede zu werten sind. Im Folgenden beziehen sich die Ergebnisse daher auf die gesamte Stichprobe (n = 10).

4.1 Partnerschaftliche Qualität

Zur Eingangsdiagnose der Problembelastung der Paare wurde die Problemliste (PL, Hahlweg, Schindler & Revenstorf, 1982; Hahlweg, 1996) eingesetzt. Im Mittel gaben die Teilnehmer an, durch 4 bis 5 (MW = 4,8) ungelöste Konflikte in der Partnerschaft belastet zu sein. Dabei lag das Minimum der Problembelastung bei 0, das Maximum bei 10 ungelösten Konflikten. Nach Hank et al. (1990) und Hahlweg (1996) geben in Eheberatung befindliche Personen im Mittel sieben Bereiche als problematisch an, während mit der Beziehung zufriedene Partner im Mittel nur einen Bereich als problematisch einschätzen. Mit durchschnittlich 4 bis 5 ungelösten Konflikten (Modalwert = 5) sind die Teilnehmer in der vorliegenden Stichprobe weniger belastet, als Personen, die eine Eheberatung aufsuchen, die Anzahl der angegebenen Konfliktbereiche weist jedoch darauf hin, dass die Teilnehmer zum Teil deutlich durch ungelöste Konflikte in der Partnerschaft belastet sind.

Tabelle 1 zeigt eine Übersicht über die Problembelastung der Teilnehmer. Die meisten Teilnehmer waren durch ungelöste Konflikte bei den Themen „Berufstätigkeit“, „Zuwendung des Partners“, „Persönliche Gewohnheiten des Partners“, „Kommunikation/gemeinsame Gespräche“ und „Fehlende Akzeptanz/Unterstützung des Partners“ belastet.

³ Kausalzusammenhänge sind jeweils vor dem Hintergrund zu diskutieren, dass die untersuchte Stichprobe sehr klein war (n = 10) und dass es sich um eine Vorher-Nachher-Messung ohne Kontrollgruppe gehandelt hat.

Tabelle 1: Problemliste (PL): Problembelastung der Teilnehmer durch ungelöste Konflikte

Bereich des Zusammenlebens	Absolute Anzahl
Berufstätigkeit	4
Zuwendung des Partners	4
Persönliche Gewohnheiten des Partners	4
Kommunikation/gemeinsame Gespräche	4
Fehlende Akzeptanz/Unterstützung des Partners	4
Einteilung monatliches Einkommen	3
Haushaltsführung/Wohnung	3
Vorstellung über Kindererziehung	3
Freizeitgestaltung	3
Temperament des Partners	3
Kinderwunsch/Familienplanung	3
Forderungen des Partners	3
Attraktivität	2
Vertrauen	2
Gewährung persönlicher Freiheiten	1
Sexualität	1
Verwandte	1
Freunde und Bekannte	0
Eifersucht	0
Außereheliche Beziehungen	0
Krankheit/Behinderung/psych. Störung	0
Umgang mit Alkohol/Medikamenten/Drogen	0
Tätlichkeiten	0

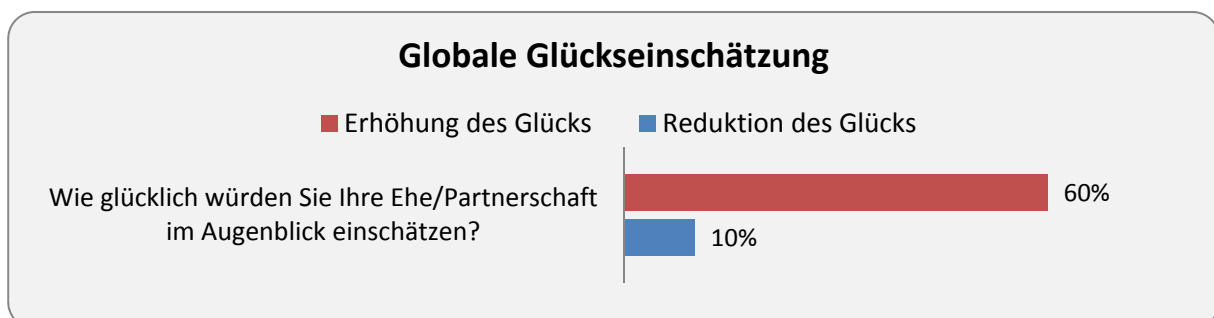
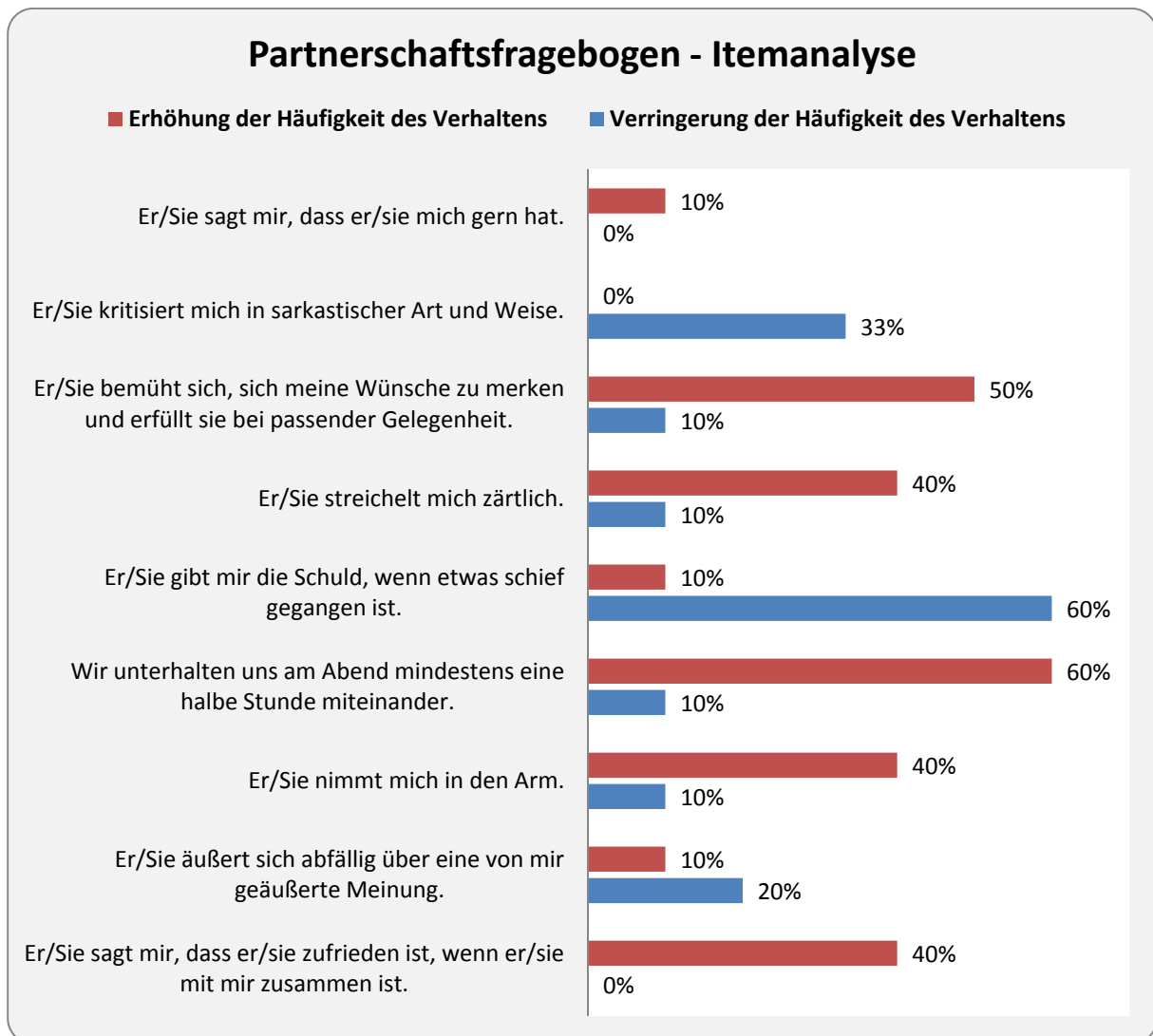
Zur Analyse der Veränderung der Partnerschaftsqualität wurde die Kurzform des Partnerschaftsfragebogen (PFB-K, Kliem et al., 2012) verwendet. Diagramm 1 zeigt die Veränderungen der in den Aussagen 1 bis 9 beschriebenen partnerschaftlichen Verhaltensweisen über die Messzeitpunkte. Die blauen Balken stellen die Verringerung der Häufigkeit des Verhaltens dar, die roten Balken die Erhöhung. Der Anteil der Teilnehmer, bei dem keine Veränderung im Verhalten auftritt, ist in der Abbildung nicht explizit dargestellt.

So gab es in der Post-Erhebung 40 % (4 von 10 Teilnehmern) mehr Zustimmung zur Aussage „Er/Sie sag mir, dass er/sie zufrieden ist, wenn er/sie mit mir zusammen ist“ als in der Prä-Erhebung. Bei 60 % der Teilnehmer gab es keine Veränderung bei diesem Item.

Bei 60 % ist es Post häufiger, dass sich die Partner am Abend mindestens eine halbe Stunde lang miteinander unterhalten (Item 4). Bei 10 % gab es eine Reduktion der Häufigkeit bei diesem Item.

60 % der Teilnehmer gaben bei Item 5 an, dass es von der Prä- zur Post-Erhebung eine Reduktion der Schuldzuweisung an den Partner gegeben hat, in einem Fall kam es zu einer Erhöhung der Häufigkeit der Schuldzuweisung an den Partner.

Diagramm 1: Partnerschaftsfragebogen (PFB-K): Prä-Post-Vergleich der Items



Bei 50 % der Teilnehmer hat sich zur Post-Erhebung die Wahrnehmung und Erfüllung der Wünsche des Partners erhöht, bei 10 % hat sich dieses Verhalten verringert.

Bei der *globalen Glückseinschätzung* gaben am Ende der Familienzeit 60 % der Teilnehmer an, ihre Partnerschaft glücklicher als zu Beginn der Familienzeit einzuschätzen. Eine Person schätzte die Partnerschaft am Ende der Familienzeit unglücklicher ein als noch zu Beginn der Erhebung.

Tabelle 2 zeigt die Ergebnisse der Signifikanzprüfung für die einzelnen Items des Partnerschaftsfragebogens. Geprüft wurde, ob sich die Werte zwischen den zwei Messzeitpunkten signifikant unterscheiden. Signifikante Werte (<0,05) sind in der Tabelle rot markiert und geben an, ob es sich dabei um bedeutsame Unterschiede zwischen den Messzeitpunkten handelt.

Tabelle 2: Partnerschaftsfragebogen (PFB-K): Teststatistische Auswertung der Items

p-Wert (1-seitig)	Erhöhung: Werte Prä < Post	Verringerung: Werte Prä > Post
1. Er/Sie sagt mir, dass er/sie zufrieden ist, wenn er/sie mit mir zusammen ist.	0,044*	0,981
2. Er/Sie äußert sich abfällig über eine von mir geäußerte Meinung.	0,807	0,386
3. Er/Sie nimmt mich in den Arm.	0,117	0,932
4. Wir unterhalten uns am Abend mindestens eine halbe Stunde miteinander.	0,032*	0,978
5. Er/Sie gibt mir die Schuld, wenn etwas schief gegangen ist.	0,977	0,035*
6. Er/Sie streichelt mich zärtlich.	0,084	0,951
7. Er/Sie bemüht sich, sich meine Wünsche zu merken und erfüllt sie bei passender Gelegenheit.	0,060	0,962
8. Er/Sie kritisiert mich in sarkastischer Art und Weise.	0,972	0,087
9. Er/Sie sagt mir, dass er/sie mich gern hat.	0,500	0,977
10. Wie glücklich würden Sie Ihre Ehe/Partnerschaft im Augenblick einschätzen?	0,036*	0,976

Eine signifikante Erhöhung des förderlichen Paarverhaltens liegt bei den Items 1, 4 und 10 vor. Die Partner sagen sich am Ende der Familienferien signifikant häufiger, dass sie zufrieden sind, wenn sie zusammen sind ($p = 0,044$), sie unterhalten sich abends signifikant

häufiger mindestens eine halbe Stunde lang miteinander ($p = 0,032$) und sie sind mit ihrer Partnerschaft insgesamt signifikant glücklicher als zu Beginn der Familienferien ($p = 0,036$).

Eine signifikante Verringerung eines schädlichen Paarverhaltens liegt bei Item 5 vor. Am Ende der Familienferien treten Schuldzuweisung an den Partner, wenn etwas schiefgelaufen ist, signifikant seltener auf als zu Beginn der Erhebung ($p = 0,035$).

Neben der Analyse der Einzelitems wurden auch die drei Skalen und der Gesamtwert des Partnerschaftsfragebogens ausgewertet und analysiert. Die Ergebnisse veranschaulicht Diagramm 2. Zum Ende der Familienzeit liegt eine Erhöhung der Werte bei der Skala „Zärtlichkeit“ bei 50 % und bei der Skala „Gemeinsamkeit/Kommunikation“ bei 90 % der Teilnehmer vor. Die Werte der Skala „Streitverhalten“ verringerten sich bei 70 % im Vergleich zum ersten Messzeitpunkt zu Beginn der Familienzeit. Der Gesamtwert des PFB, der aus den Summenwerten der drei Skalen gebildet wird, zeigt bei 70 % der Teilnehmer eine Erhöhung der Werte und bei 20 % eine Verringerung der Werte.

Diagramm 2: Partnerschaftsfragebogen (PFB-K): Prä-Post-Vergleich der Skalen

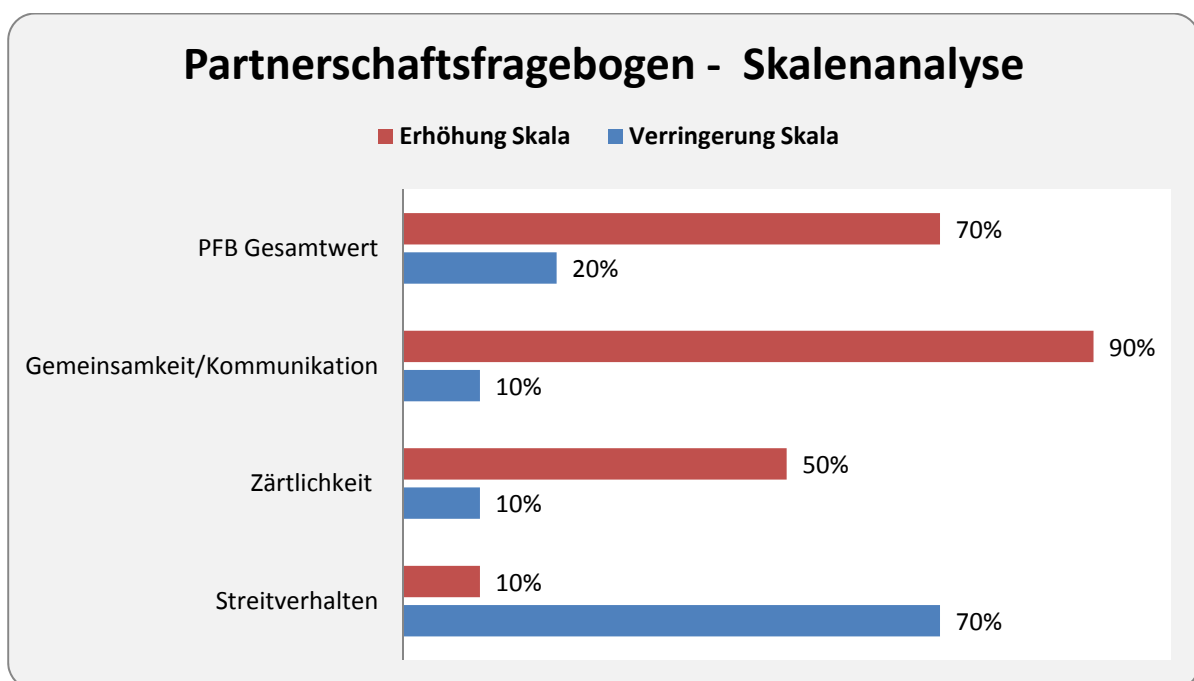


Tabelle 3 zeigt die Ergebnisse der teststatistischen Auswertung der Skalenwerte. Signifikante Veränderungen zwischen den Messzeitpunkten liegen bei den Skalen „Streitverhalten“ und „Gemeinsamkeit/Kommunikation“ vor. Am Ende der Familienzeit sind die Werte der Skala „Streitverhalten“ signifikant niedriger als zu Beginn ($p = 0,044$). Hingegen sind die Werte der Skala „Gemeinsamkeit/Kommunikation“ zum Ende der Familienzeit signifikant höher als zu Beginn des Ferienprogramms ($p = 0,015$). Die Veränderungen der Skala „Zärtlichkeit“ über die Messzeitpunkte sind mit einer Wahrscheinlichkeit von $p = 0,06$ nicht signifikant, lassen

aber eine Tendenz in Richtung einer Erhöhung der Skalenwerte zum Ende der Familienzeit erkennen. Auch die Ergebnisse des PFB-Gesamtwertes weisen in diese Richtung ($p = 0,09$).

Table 3: Partnerschaftsfragebogen (PF-K): Teststatistische Auswertung der Skalen

p-Wert (1-seitig)	Erhöhung Werte: Prä < Post	Verringerung Werte: Prä > Post
Streitverhalten (Post) - Streitverhalten (Prä)	0,968	0,044*
Zärtlichkeit (Post) - Zärtlichkeit (Prä)	0,060	0,962
Gemeinsamkeit/Kommunikation (Post) - Gemeinsamkeit/Kommunikation (Prä)	0,015*	0,989
PFB Gesamtwert (Post) - PFB Gesamtwert (Prä)	0,085	0,932

Fazit

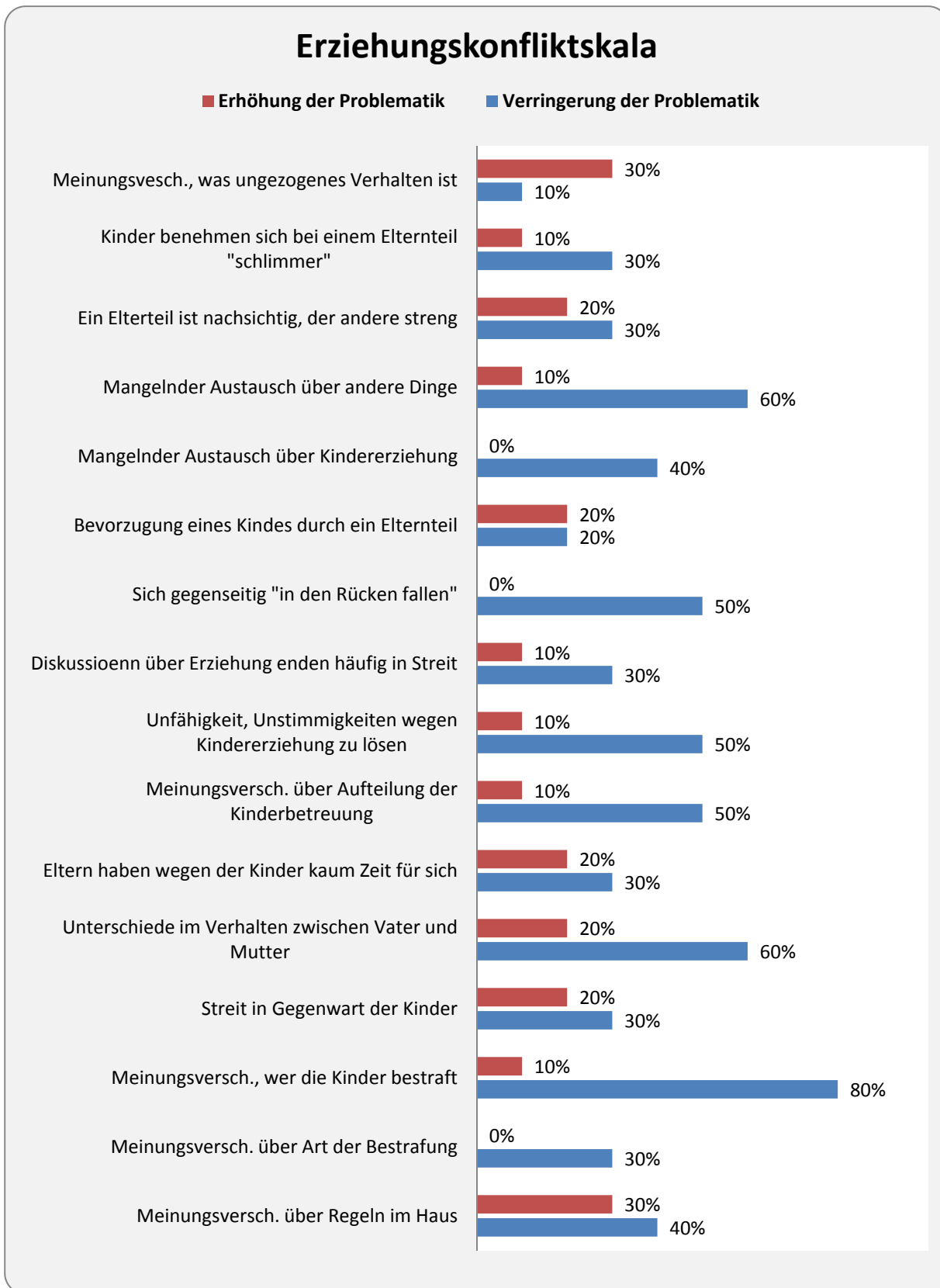
Das Programm „Klimaveränderung“ führt bei den Paaren zu einer Verringerung des Streitverhaltens. So sinken die Schuldzuweisungen an den Partner zum Ende des Ferienprogramms signifikant. Die Gemeinsamkeit und Kommunikation der Teilnehmer wird gefördert, was sich in einer signifikanten Erhöhung der gemeinsamen Gesprächszeit und dem gegenseitigen Austausch über die Zufriedenheit des Zusammenseins zeigt.

Die Annahme, dass das Programm „Klimaveränderung“ die Paarqualität verbessert, kann bezogen auf diese Stichprobe, im Hinblick auf die Verringerung des Streitverhaltens und die Verbesserung der Paarinteraktion und –kommunikation bestätigt werden. Allerdings ist zu beachten, dass es sich hierbei um ein quasiexperimentelles Design ohne Kontrollgruppe handelt. Bei der Generalisierbarkeit der Ergebnisse ist auch die sehr kleine Stichprobe zu beachten.

4.2 Zusammenarbeit in der Erziehung

Die Zusammenarbeit der Eltern wurde mit Hilfe der Erziehungskonfliktskala (EKS, Kröger et al., 2009) zu Beginn und am Ende der Familienferien erfasst. Der Fragebogen erfasst 16 Konfliktthemen. Einen Überblick über den prozentualen Anteil der Verringerung bzw. Erhöhung der Konfliktthemen zeigt Diagramm 3.

Diagramm 3: Erziehungskonfliktskala (EKS): Prä-Post-Vergleich der Items



Der Anteil der Teilnehmer, bei dem keine Veränderung im Verhalten auftritt, ist in der Abbildung nicht explizit dargestellt. Die blauen Balken stellen die Verringerung der Problematik dar, die roten die Erhöhung.

In der Post-Erhebung gaben 40 % der Teilnehmer an, dass der „mangelnde Austausch über die Kindererziehung“ gesunken sei. Bei 50 % war das Problem „sich gegenseitig in den Rücken (zu) fallen“ gesunken genauso wie die „Unfähigkeit, Unstimmigkeiten bezüglich der Kindererziehung zu lösen“. Ebenfalls 50 % hatten weniger „Meinungsverschiedenheiten über die Aufteilung des Pensums der Kindererziehung“. Bei 60 % der Teilnehmer gab es weniger Probleme mit „Unterschiede(n) im Verhalten zwischen Vater und Mutter“ und 80 % gaben an, weniger „Meinungsverschiedenheiten darüber, wer die Kinder bestraft“ zu haben.

Einzig im Fall der „Meinungsverschiedenheiten darüber, was ungezogenes Verhalten ist“ lag Post die Erhöhung der Problematik (30 %) über der Verringerung der Problematik (10 %), was darauf schließen lässt, dass die Eltern auch über konfliktbehaftete Themen der Erziehung miteinander ins Gespräch gekommen sind und unterschiedliche Ansichten diskutierten.

Tabelle 4 zeigt die Ergebnisse der Analyse der Einzelitems auf bedeutsame Unterschiede im Verhalten zwischen den Messzeitpunkten. Signifikante Veränderungen sind in der Tabelle rot markiert. In der vorliegenden Stichprobe liegen im Fall der Items „Sich gegenseitig in den Rücken fallen“ ($p = 0,027$), „Mangelnder Austausch der Partner über die Kindererziehung“ ($p = 0,044$) und „Mangel an Austausch der Partner über andere Dinge“ ($p = 0,035$) eine signifikante Verringerung der Problematik vor.

Zusätzlich zur Betrachtung der Einzelitems wurde auch der Gesamtwert des Fragebogens ausgewertet und auf Unterschiede geprüft. Im Vergleich von Prä zu Post zeigte sich eine Verringerung des Summenwertes bei 80 % der Teilnehmer. Bei 20 % der Teilnehmer trat eine Erhöhung des Gesamtwertes auf. Die statistische Auswertung der Summenwerte zeigt, dass in der Post-Erhebung die Schwierigkeiten der Eltern bei der Kindererziehung signifikant niedriger sind ($p = 0,033$) als in der Prä-Erhebung am Anfang des Familienprogramms „Klimaveränderung“.

Fazit

Das Programm „Klimaveränderung“ führt bei den Paaren der vorliegenden Stichprobe zu einer Verbesserung der Zusammenarbeit in der Kindererziehung, indem Schwierigkeiten in diesem Bereich signifikant verringert werden. Die Verbesserung zeigt sich konkret in einem besseren Austausch der Eltern über die Kindererziehung und über andere Dinge sowie in der gegenseitigen Unterstützung bei der Kindererziehung statt „sich gegenseitig in den Rücken (zu) fallen“.

Table 4: Erziehungskonfliktskala: Teststatistische Auswertung der Items

p-Wert (1-seitig)	Erhöhung Werte: Prä < Post	Verringerung Werte: Prä > Post
Meinungsverschiedenheiten über Regeln im Haus (z.B. über Schlafenszeiten)	0,682	0,388
Meinungsverschiedenheiten über die Art der Bestrafung der Kinder	0,972	0,087
Meinungsverschiedenheiten darüber, wer die Kinder bestrafen sollte	0,425	0,715
Streit in Gegenwart der Kinder	0,802	0,286
Unterschiede im Verhalten zwischen Vater und Mutter	0,890	0,140
Eltern haben wegen der Kinder kaum Zeit für sich allein zu sein	0,864	0,205
Meinungsverschiedenheiten darüber, wie das Pensum der Kinderbetreuung aufgeteilt wird	0,867	0,187
Unfähigkeit, die Unstimmigkeiten bezüglich der Kindererziehung zu lösen	0,932	0,101
Diskussionen über die Erziehung der Kinder enden häufig im Streit	0,828	0,285
Sich gegenseitig“ in den Rücken“ fallen	0,986	0,027*
Bevorzugung eines Kindes vor einem anderen durch ein Elternteil	0,579	0,579
Mangelnder Austausch der Partner über die Kindererziehung	0,981	0,044*
Mangel an Austausch der Partner über andere Dinge	0,977	0,035*
Ein Elternteil ist nachsichtig, der andere eher streng	0,725	0,383
Die Kinder benehmen sich bei einem Elternteil „schlimmer“ als beim anderen	0,907	0,172
Meinungsverschiedenheiten darüber, was ungezogenes Verhalten ist	0,172	0,907

4.3 Erholung und körperliches Allgemeinbefinden

Der Einfluss der Familienferien „Klimaveränderung“ auf die körperliche Befindlichkeit wurde mittels der Beschwerdenliste (B-LR, von Zerssen & Petermann, 2011) erhoben. Der Fragebogen erhebt die subjektiv empfundene Belastung durch körperliche und Allgemeinbeschwerden. Unter der Annahme, dass die Familienferien auch dem Wohlbefinden und der Erholung dienen, prüft die Evaluation, ob es zu bedeutsamen Verbesserungen der vorliegenden Beschwerden kommt.

Diagramm 4 zeigt den prozentualen Anteil der subjektiv wahrgenommenen Verbesserungen bzw. Verschlechterungen der Symptome. Bis auf die „Gewichtsabnahme“ kommt es bei allen anderen Items sowohl zu Verbesserungen als auch zu Verschlechterungen der Symptome im Verlauf der Familienferien. Symptome, bei denen die Verbesserung höher als die Verschlechterung ist, sind: „Übermäßiges Schlafbedürfnis“ (30 %), „Überempfindlichkeit gegen Kälte“ (40 %), „Schweregefühl/Müdigkeit“ (30 %) und „Mattigkeit“ (40 %).

Symptome, bei denen die Verschlechterung der Symptome die Verbesserung überwiegt sind: „Unruhe in den Beinen“ (20 %), „Übelkeit“ (20 %) und „Schwächegefühl“ (40 %).

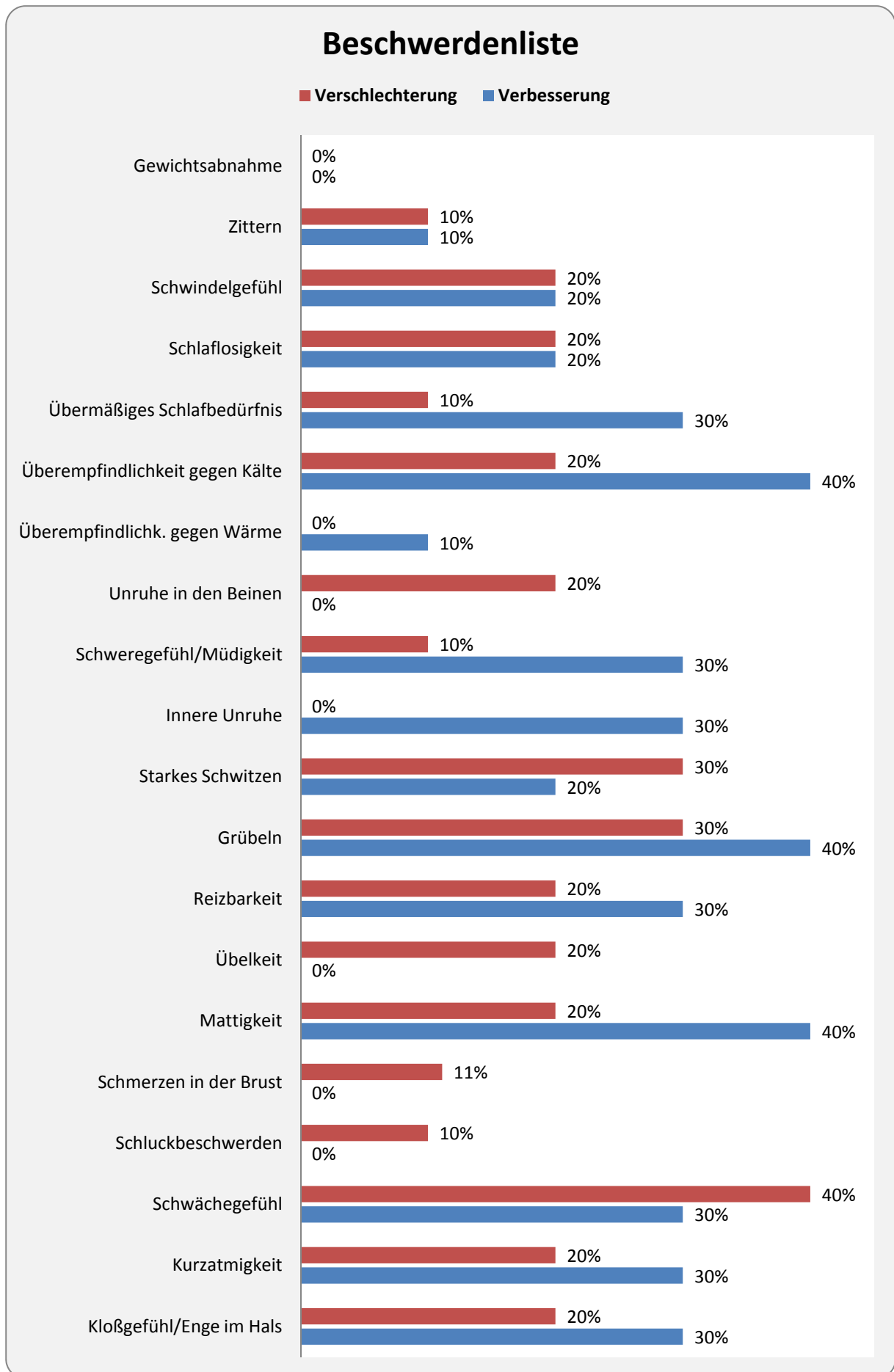
Im Fall der Symptome „Zittern“ (10 %), „Schwindelgefühl“ (20 %) und „Schlaflosigkeit“ (20 %) halten sich Verbesserung und Verschlechterung der Beschwerden die Waage.

Die Analyse der Daten lieferte keine Bestätigung einer signifikanten Veränderung zwischen den Messzeitpunkten. Nur im Fall des Items „Innere Unruhe“ zeigte sich eine Tendenz in Richtung einer statistisch signifikanten Verbesserung ($p = 0,0745$).

Fazit

Das Familienprogramm „Klimaveränderung“ hat in der vorliegenden Stichprobe, entgegen der Annahme, keinen signifikanten Einfluss auf die Verbesserung körperlicher Allgemeinbeschwerden. In diesem Zusammenhang ist der kurze Zeitraum von nur zwei Wochen zwischen den Messungen zu beachten, der für eine Verbesserung körperlicher Beschwerden möglicherweise zu kurz gefasst ist. Zudem liegt das primäre Ziel des Familienprogramms in der Verbesserung des familiären Klimas. In diesem Sinne wurde auch das Trainingsprogramm für Eltern dahingehend konzipiert, die Kommunikation und Beziehung innerhalb der Partnerschaft und Familie zu verbessern. Zur Verbesserung körperlicher Symptome wurden dagegen keine direkten Maßnahmen innerhalb des Ferienprogramms ergriffen. Daher ist die Analyse körperlicher Symptome in diesem Setting möglicherweise kein geeignetes Instrument, um den Erholungsfaktor der Familienferien abzubilden. Auch die geringe Größe der Stichprobe könnte sich in diesem Zusammenhang ungünstig auswirken.

Diagramm 4: Beschwerdenliste (B-LR): Prä-Post-Vergleich der Items



4.4 Motivation und Zufriedenheit der Teilnehmer

Motivation und Erwartungen der Teilnehmer

Eingangs wurden die Teilnehmer befragt, wie sie auf das Ferienprogramm aufmerksam geworden sind und was ihre Motivation und ihre Erwartungen bezüglich des Programms „Klimaveränderung“ sind.

Zwei Paare haben durch den Flyer und jeweils ein Paar hat über das Internet, Verwandte und die Eheberatung von dem Familienferienprogramm erfahren.

Die Frage, was die Teilnehmer bewogen hat, sich anzumelden, wurde sehr unterschiedlich beantwortet. Die Antworten reichten von „alternativer Urlaub in der Nähe“ über „etwas Neues kennenlernen“ bis hin zu „Urlaub mit Kinderbetreuung“ und „Probleme in der Partnerschaft und Familie“.

Die Erwartungen an das Kommunikationstraining lagen zusammengefasst in der Verbesserung der Kommunikation in Partnerschaft und Familie, im konstruktiven Umgang mit schwierigen Situationen in Partnerschaft und Familie, im besseren gegenseitigen Verständnis und in der gegenseitigen Unterstützung.

Die Frage nach den Erwartungen bezüglich des gesamten Angebots der Familienferien beantworteten die Teilnehmer zusammengefasst mit mehr Harmonie und Ruhe in der Familie, Entspannung und Erholung sowie Impulse für einen stressfreieren Umgang miteinander.

Evaluation des Kommunikationstrainings

Die Zufriedenheit mit den Kursinhalten und den Lerneffekten wurde von den Kursteilnehmern am Ende des Kommunikationstrainings durchschnittlich mit 4,3 angegeben, was einer Bewertung von „überwiegend zufrieden“ entspricht (auf einer 5-stufigen Skala von 1 = „stimmt gar nicht“ bis 5 = „stimmt vollkommen“). Die Gesamtzufriedenheit in Prozent liegt bei 84 %.

Besonders gut haben den Teilnehmern u. a. die folgenden Kursinhalte gefallen: Rollenspiele, kreative Übungen, Wechsel zwischen Vortrag und Gruppenarbeit bzw. Paararbeit, Paargespräche und Informationen zu Partnerschaft und Familie.

Anmerkungen zu Verbesserungen waren u. a.: mehr Zeit für die einzelnen Kursinhalte, mehr Austausch unter den Teilnehmern und mehr Zeit für Paargespräche.

Als Ereignisse, welche für den Kursverlauf von Bedeutung waren, wurden v. a. die Probleme bei der Kinderbetreuung zu Kursbeginn angegeben.

Zufriedenheit der Teilnehmer mit Ferienprogramm und Elterntraining

Am Ende der Familienferien wurden die Teilnehmer zu ihrer Zufriedenheit mit den Rahmenbedingungen der Ferien und mit dem Eltern-Trainingsprogramm befragt.

Die Bewertung der Rahmenbedingungen, wie Unterkunft, Verpflegung, Freizeitprogramme und Kinderbetreuung erfolgte auf einer 5-stufigen Skala von 1 = „überhaupt nicht zufrieden“ bis 5 = „vollkommen zufrieden“ und lag durchschnittlich im mittleren Bereich bei 3,4, was einer Bewertung von „teilweise zufrieden“ entspricht.

Die Teilnehmer merkten zu ihren Bewertungen an, dass es Probleme mit der Kinderbetreuung und den Betreuern gab, zudem wurde die mangelnde Sauberkeit der Zimmer und der Außenanlagen angemerkt sowie, dass die Freizeitangebote im Außenbereich nicht nutzbar waren.

Das Kommunikationstraining für Eltern wurde hinsichtlich der Verbesserung der Paar- und Familienbeziehung auf einer 5-stufigen Skala von 1 = „stimmt gar nicht“ bis 5 = „stimmt vollkommen“ bewertet. Die durchschnittliche Bewertung lag bei 3,9, was einer Bewertung von „überwiegend zufrieden“ entspricht. Die Zufriedenheit wurde in Prozent erfasst und lag durchschnittlich bei 87,5 %.

Als besonders hilfreich empfanden die Teilnehmer die Rollenspiele und kreativen Arbeitseinheiten zu Partnerschaft und Familie sowie die Informationen zur Stressbewältigung und zur Kommunikation, hier vor allem die Sprecher-/Zuhörer-Regeln sowie die Paargespräche. Zufrieden waren die Kursteilnehmer auch mit dem Kursaufbau und den Kursleitern.

In den zwei Wochen Familienzeit haben den Teilnehmern besonders die intensiven gemeinsamen Unternehmungen, der Austausch mit den anderen Eltern, die ungestörte Zeit mit dem Partner und die Zeit mit der Familie gut getan. Gut gefallen hat auch die Mischung aus Kommunikationstraining und Freizeit.

Als Verbesserungsvorschläge haben die Teilnehmer angegeben, dass sie sich noch mehr Austausch zwischen den Kursteilnehmern gewünscht hätten, genauso wie einen Tag Pause innerhalb des Trainingsprogramms. Zudem war die Zeit für die Kursinhalte zu kurz bemessen.

Fazit

Die Rahmenbedingungen der Familienferien wurden von den Teilnehmern mit „teilweise zufrieden“ gewertet und lagen damit im mittleren Wertungsbereich.

Die Zufriedenheit mit den Kursinhalten und Lerneffekten wurde von den Kursteilnehmern bei der Evaluation des Kommunikationstrainings direkt nach Abschluss des Trainings durchschnittlich mit „überwiegend zufrieden“, der zweitbesten Kategorie, bewertet. Die Gesamtzufriedenheit lag mit 84 % ebenfalls im oberen Bereich.

Auch die Bewertung des Kommunikationstrainings am Ende der Familienferien lag bei „überwiegend zufrieden“ und weist auch wie die Bewertung der Gesamtzufriedenheit mit dem Training von durchschnittlich 87,5 % auf eine hohe Zufriedenheit der Teilnehmer hin. Die Ergebnisse der Befragung lassen darauf schließen, dass die Erwartungen der Teilnehmer bezüglich des Kommunikationstrainings erfüllt wurden.

5. Zusammenfassung und Schlussfolgerung

Die Ergebnisse der wissenschaftlichen Evaluation zeigen, dass das Familienferienprogramm „Klimaveränderung“ zu einer Verbesserung der partnerschaftlichen Qualität beiträgt, indem es das Streitverhalten verringert und die Paarinteraktion und -kommunikation fördert. So steigen die gemeinsame Gesprächszeit und der gegenseitige Austausch, dagegen verringern sich die Schuldzuweisungen an den Partner. Auch die Zusammenarbeit der Eltern in der Kindererziehung verbessert sich. Die Partner tauschen sich vermehrt über Themen der Kindererziehung und andere Themen aus und arbeiten besser als Team zusammen, indem sie sich gegenseitig bei der Kindererziehung mehr unterstützen. Vor dem Hintergrund, dass die Teilnehmer zum Teil deutlich durch ungelöste Konflikte in der Partnerschaft belastet waren, sind die erreichten Verbesserungen auf der Paar- und Elternebene ein zusätzlicher Hinweis auf die Effektivität des Programms.

Auf die Verbesserung körperlicher Allgemeinbeschwerden konnte jedoch, entgegen der Annahme, kein signifikanter Effekt festgestellt werden. Die körperliche Befindlichkeit der Teilnehmer wurde in der vorliegenden Studie erhoben, um zusätzlich zur Wirksamkeit des Kommunikationstrainings den Erholungsfaktor des Ferienprogramms abzubilden. Bei der Interpretation der Ergebnisse ist in diesem Zusammenhang zu beachten, dass das primäre Ziel des Familienprogramms in der Verbesserung des familiären Klimas liegt und daher keine direkten Maßnahmen zur Verbesserung der individuellen körperlichen Befindlichkeit zum Programm gehören. Zu diskutieren ist, ob die Analyse der körperlichen Symptome in diesem Setting ein geeignetes Instrument ist, um den Erholungsfaktor der Familienferien abzubilden. Auch die geringe Größe der Stichprobe und der kurze Retest-Zeitraum könnten sich in diesem Zusammenhang ungünstig ausgewirkt haben. Die Ergebnisse zur körperlichen Befindlichkeit sind im Bezug auf den Erholungsfaktor des Ferienprogramms vorsichtig zu interpretieren und stehen möglicherweise in keinem direkten Zusammenhang.

Allgemein müssen die Ergebnisse aufgrund der kleinen Stichprobengröße von nur 10 Teilnehmern hinsichtlich der Generalisierbarkeit als eingeschränkt bewertet werden. Aufgrund des kurzen Retest-Zeitraums können keine Aussagen zur längerfristigen Wirksamkeit gemacht werden. Zudem müssen die Ergebnisse vor dem Hintergrund der Feriensituation bewertet werden und sind damit nur eingeschränkt auf die Alltagssituation übertragbar.

Ein Grund für die geringe Teilnehmerzahl war, dass aus förderrechtlichen Gründen der Hinweis, dass es sich um Familienferien handelt, entfallen musste. Als weitere Gründe für die geringe Teilnehmerzahl kommen die kurze Werbevorlaufphase für das Angebot, die Werbemaßnahmen, die Höhe der Kosten für die Familienferien, obwohl sehr hoch subventioniert, und möglicherweise auch die Wahl des Ferienortes in Frage. Um die

Nachfrage zu steigern ist zu überlegen, das Ferienprogramm um weitere Angebote im Bereich Wellness wie z. B. Massagen oder Gymnastikkurse zu ergänzen und durch sportliche Aktivitäten z. B. für die Väter attraktiver zu machen.

Die Rahmenbedingungen der Familienferien wurden von den Teilnehmern mit „teilweise zufrieden“ bewertet und lagen damit im mittleren Wertungsbereich. Anmerkungen gab es zur Kinderbetreuung, der Sauberkeit der Zimmer und der Außenanlagen sowie zu den Freizeitangeboten im Außenbereich.

Die hohe Zufriedenheit der Teilnehmer mit den Kursinhalten und Lerneffekten lag direkt nach Abschluss des Trainings bei durchschnittlich 84 % und wurde mit „überwiegend zufrieden“, der zweitbesten Kategorie, bewertet. Am Ende der Familienferien wurde die Zufriedenheit ebenfalls mit „überwiegend zufrieden“ bewertet und lag durchschnittlich bei 87,5 %. Dieses Ergebnis zeigt, dass die hohe Zufriedenheit der Teilnehmer mit dem Kommunikationstraining über den Kurs hinaus stabil geblieben ist. Für zukünftige Kurse könnte man dem Wunsch der Teilnehmer nach zusätzlichen Anregungen durch die Trainer zu mehr Austausch unter den Teilnehmern und zu Gruppentreffen der Mütter und Väter außerhalb der zeitlichen Kursstruktur nachkommen. Für diese Gelegenheiten wäre auch die Betreuung der Kinder durch qualifiziertes Personal notwendig. Gewünscht war auch ein Tag Pause zwischen den Kurseinheiten, z. B. nach dem 3. Kurstag. Das Angebot der Ehe- und Familienberatung in der zweiten Ferienwoche wurde nach Auskunft der Kursleiter gut angenommen und als wichtige Ergänzung erlebt. Aus Datenschutzgründen wurden hierzu keine weiteren Daten erhoben.

Zusammengefasst zeigen die Ergebnissen, dass die Familienferien „Klimaveränderung“ mit dem Eltern-Kommunikationstraining „Familienklima“ ein wirksames Programm zur Verbesserung der partnerschaftlichen Qualität und Zusammenarbeit in der Erziehung ist, das bei den Teilnehmern auf einen hohen Grad der Zustimmung und Zufriedenheit stößt.

6. Literaturverzeichnis

- Böhmert, B. (2008). *Junge Familien in der Ehe-, Familien und Lebensberatung. Beratungseffekte bei Eltern und ihre Auswirkungen auf die Eltern-Kind-Interaktion*. Saarbrücken: VDM-Verlag.
- Dadds, M. R. & Powell, M. B. (1991). The relationship of interparental conflict and global marital adjustment to aggression, anxiety, and immaturity in aggressive and nonclinic children. *Journal of abnormal child psychology*, 19(5), 553-567.
- Ende, M. (1973). *Momo*. Stuttgart: Thienemann.
- Engl, J., Ochsner-Trissl, A. & Thurmaier, F. (2008). *Stressbewältigung mit Partnerschaftlichem Lernprogramm (SPL)*. Handbuch für ausgebildete Kursleiter. ISBN-Nr. 978-3-931584-09-2.
- Engl, J. & Thurmaier, F. (1998). *Konstruktive Ehe und Kommunikation (KEK). Ein Kurs zur Weiterentwicklung von Partnerschaft. Kursleitermanual*. ISBN-Nr. 978-3-931584-04-7.
- Engl, J. & Thurmaier, F. (2010). *Gelungene Kommunikation... damit die Liebe bleibt II. Eine interaktive DVD für Paare in mehrjähriger Beziehung*. München: Preview Production. ISBN-Nr. 978-3-931584-10-8.
- Eurofamilia in Kooperation mit C.I.F.E. Kolping-Familienferienwerk Landesverband Bayern e.V. (Hrsg.) (2000). *Mit der Familie auf Lebenskurs – Ein Werkbuch für die Arbeit mit Familien*. München.
- Fthenakis, W. E., & Bundesministerium für Bildung und Forschung Deutschland. (2005). *Auf den Anfang kommt es an: Perspektiven für eine Neuorientierung frühkindlicher Bildung*. BMBF, Referat Publ., Internetred..
- Gordon, T. (1979). *Familienkonferenz. Die Lösung von Konflikten zwischen Eltern und Kind*. Hamburg: Hoffmann und Campe.
- Gottman, J. (1997). *Kinder brauchen emotionale Intelligenz. Ein Praxisbuch für Eltern*. München: Heyne.
- Graf, J. (2005). *Familienteam – das Miteinander stärken. Das Geheimnis glücklichen Zusammenlebens*, 125. Freiburg i. B. Herder Spektrum.
- Hahlweg, K. (1996). *Fragebogen zur Partnerschaftsdiagnostik. FPD*. Göttingen: Hogrefe.

- Hahlweg, K., Schindler, L. & Revenstorf, D. (1982). *Partnerschaftsprobleme: Diagnose und Therapie*. Heidelberg: Springer.
- Hank, G., Hahlweg, K. & Klann, N. (1990). *Diagnostische Verfahren für Berater: Materialien zur Diagnostik und Therapie in Ehe-, Familien- und Lebensberatung*. Beltz.
- Kliem, S., Job, A. K., Kröger, C., Bodenmann, G., Stöbel-Richter, Y., Hahlweg, K. & Brähler, E. (2012). Entwicklung und Normierung einer Kurzform des Partnerschaftsfragebogens (PFB-K) an einer repräsentativen deutschen Stichprobe. *Zeitschrift für Klinische Psychologie und Psychotherapie*, 41(2), 81-89.
- Klimaveränderung – Familienzeit in den Ferien (2014): *Flyer zum Projekt*, Münster.
- LMU München Projekt-Initiative „Familie werden“: *Familie werden – ein Kinderspiel?! Ressourcenorientiertes Kompetenztraining für Eltern*. Unveröffentlichtes Manuskript, 2006.
- Maschwitz, G. & Maschwitz, R. (2013). *Von Fantasiereise bis Körperarbeit: Existentielle Methoden gekonnt eingesetzt. Ein Handbuch für die Praxis*. München: Kösel.
- Kröger, C., Hahlweg, K., Heinrichs, N., Döpfner, M. & Plück, J. (2009). Erziehungskonfliktskala (EKS): Reliabilität und Validität. *Diagnostica*, 55(4), 201-210.
- R Code Team (2014). R: A language and environment for statistical computing. R Foundation for Statistical Computing, Vienna, Austria. URL <http://www.R-project.org/>.
- Satir, V. (1982). *Selbstwert und Kommunikation* (5. Aufl.). München: Pfeiffer.
- Schneewind, K. A. & Böhmert B. (2009). *Kinder im Grundschulalter kompetent erziehen. Der interaktive Elterncoach „Freiheit in Grenzen“*. Bern: Huber.
- Schulz von Thun, F. (1990). *Miteinander Reden I. Störungen und Klärungen*. Reinbek: Rowohlt.
- Staatsinstitut für Familienforschung an der Universität Bamberg (Hrsg.). (2006). *Maja – Hebammen helfen Eltern. Kursmanual für Multiplikator(inn)en*. München: Bayerisches Staatsministerium für Arbeit und Sozialordnung, Familie und Frauen.
- von Zerssen, D. & Petermann, F. (2011). *Die Beschwerden-Liste in revidierter Fassung – die Parallelformen B-LR und B-LR'*. Göttingen: Hogrefe.