

## TiP<sup>e</sup> - Tübinger Intensiv-Programm für Eltern



### Allgemeines zu TiP<sup>e</sup>

TiP<sup>e</sup> wird derzeit an der Universität in Tübingen durchgeführt und enthält Elemente der Verhaltens- und der Imaginations-Therapie.

Eltern zu sein ist häufig sehr schön und beglückend, aber nicht immer einfach. Manchmal ist es auch anstrengend und frustrierend. Häufig beginnt die „elterliche Karriere“ ohne Vorbereitung auf das, was auf sie zukommt. Sie lernen durch Versuch und Irrtum, was glücklicherweise häufig gut geht. Die Aufgabe, glückliche, gesunde und anpassungsfähige Kinder in einer liebevollen Umgebung großzuziehen, ist für alle Eltern eine große Herausforderung.

In diesem Intensivprogramm für Eltern werden praxisnahe und umsetzbare Erziehungshilfen für die alltäglichen schwierigen Situationen angeboten.



### Kennen Sie folgende Symptome bei Ihrem Kind?

- ständiges „Nein-Sagen“
- Trotz- und Wutanfälle
- Einschlafprobleme
- Probleme beim Essen
- Ungehorsam



### Ziele

- ✓ Positive Kommunikationsstrukturen auf-bauen
- ✓ Die kindliche Entwicklung fördern
- ✓ Beziehungsmöglichkeiten verbessern und stärken
- ✓ Mit schwierigen Situationen besser umgehen lernen

**In diesem Intensivprogramm für Eltern werden praxisnahe und umsetzbare Erziehungshilfen für die alltäglichen schwierigen Situationen angeboten.**

### Termine

Das Programm umfasst 4 Termine, die abends oder am Wochenende stattfinden.

### Kosten

Für die Teilnahme an dem Behandlungs-programm erheben wir einen Unkostenbeitrag von 85 Euro pro Familie. Nähere Informationen erhalten Sie in unserem Infobrief. Alle notwendigen Materialien wie ein Therapiemanual sowie die Übungs-CDs sind im Behandlungspreis inbegriffen.

### Teilnahmebedingungen

Teilnehmen können Eltern (einzeln oder Paare) von Kindern im Alter von 1- 12 Jahren.



### Das Trainingsprogramm

Das Konzept des Trainingsprogramms umfasst 4 Trainingssitzungen, von denen die erste Sitzung vierstündig am Wochenende, die übrigen drei abends unter der Woche stattfinden werden. Verschiedene psychologische Techniken werden eingesetzt, z. B. Verhaltensempfehlungen, Stressverarbeitung, Entspannungs- und Beruhigungstechniken.

Jede teilnehmende Familie bekommt trainingsbegleitend ein Manual sowie CDs zum Üben.

### Inhalte

Sitzung 1: Inhalte, Ziele und Erwartungen  
Sitzung 2: Positive Interaktion  
Sitzung 3: Strategien  
Sitzung 4: Stabilisierung



**<sup>1</sup>Psychologisches Institut, Universität Tübingen**  
**Angelika Schlarb<sup>1</sup>, Martin Hautzinger<sup>1</sup>**

