



Ein Trainingskurs für Pflegeeltern

Warum Fostering Changes?

Pflegekinder haben häufiger psychische und körperliche Auffälligkeiten als Kinder, die in ihren Herkunftsfamilien aufwachsen. Dadurch stehen Pflegeeltern oft vor großen pädagogischen Herausforderungen, und es besteht das Risiko, dass Pflegeverhältnisse scheitern. Eine gute Vorbereitung auf und kontinuierliche Begleitung der Pflegeeltern bei ihrer verantwortungsvollen Aufgabe sind daher essenziell. Ein wichtiger Baustein hierfür sind Kurse, in denen erzieherische Fähigkeiten gefördert und die besonderen Aspekte der Betreuung von Pflegekindern thematisiert werden. In Deutschland gibt es bisher nur wenige strukturierte und wissenschaftlich evaluierte Angebote in diesem Bereich.

Was ist Fostering Changes?

Fostering Changes ist ein Kurs für Pflegeeltern von Pflegekindern im Alter von 2 bis 11 Jahren. Er wurde 1999 am Maudsley Hospital in London aus der nationalen Spezialsprechstunde für Pflegekinder heraus entwickelt. Der Kurs findet in Gruppen von etwa 6 bis 10 Pflegeeltern über einen Zeitraum von 12 Wochen statt - mit jeweils dreistündigen Terminen pro Woche. Die Pflegekinder selbst nehmen nicht am Kurs teil.

Das Programm basiert auf der sozialen Lerntheorie, der Verhaltenstherapie sowie auf neueren Erkenntnissen der Bindungs- und Traumaforschung. Neben kurzen Impulsvorträgen werden Videos und Rollenspiele eingesetzt und es gibt Raum für Austausch unter den teilnehmenden Pflegeeltern.

Themen des Kurses (Auswahl):

- Ursachen psychischer Auffälligkeiten bei Pflegekindern
- Bindungsstile und ihre Bedeutung
- Konkretes Loben
- Förderung und Stärkung der Beziehung im kindlichen Spiel
- Pflegekindern im Umgang mit ihren Gefühlen helfen
- Aktives Zuhören und Ich-Botschaften
- Pflegekinder beim eigenständigen Problemlösen unterstützen
- Positives Grenzen setzen (z. B. Familienregeln oder angemessene Konsequenzen)
- Selbstfürsorge für Pflegeeltern

Pflegeeltern reflektieren zu einzelnen der obigen Themen ihre eigenen prägenden Erfahrungen, um ihr Verhalten gegenüber ihrem Pflegekind besser zu verstehen und gegebenenfalls anzupassen. Der Kurs ist praxisorientiert und vermittelt neben theoretischem Wissen auch konkrete Strategien, die direkt im Kurs erprobt werden. Zwischen den Terminen erhalten die Teilnehmenden kleine Übungsaufgaben für

den Alltag, um das Erlernte praktisch anzuwenden und ihre Erfahrungen in der nächsten Sitzung gemeinsam mit anderen Pflegeeltern zu teilen. Daher können nur Pflegeeltern teilnehmen, die aktuell ein Pflegekind aufgenommen haben.

Was kann Fostering Changes bewirken?

Fostering Changes wurde in einer Pilotstudie in Deutschland erprobt und mithilfe von Fragebögen auf seine Wirksamkeit untersucht. Insgesamt nahmen 33 Pflegeeltern teil. Zwischen Kursbeginn und Kursende nahmen emotionale und Verhaltensauffälligkeiten ($d=1.87$) sowie psychopathologische Symptome der Pflegekinder ($d=0.70$) deutlich ab. Gleichzeitig verbesserten sich die Beziehungsqualität zwischen Pflegeeltern und Pflegekind ($d=0.72-0.77$) sowie die Erziehungskompetenz der Pflegeeltern ($d=0.76$). Ähnlich positiv fielen die Ergebnisse aus, wenn die Angaben der Pflegeeltern zu Kursbeginn und drei Monate nach Kursende verglichen wurden – außer im Fall von psychopathologischen Auffälligkeiten der Pflegekinder (Kursbeginn – drei Monate danach: $d=0.44$). Somit legen die Ergebnisse der Pilotstudie nahe, dass die deutsche Version von *Fostering Changes* wirksam ist und diese Veränderungen auch nach Kursende kurzfristig erhalten bleiben. *Fostering Changes* erwies sich zudem als hilfreich für eine breite Zielgruppe: Pflegeeltern mit unterschiedlichem Erfahrungsschatz und Bildungsstand sowie deren Pflegekinder profitierten gleichermaßen von einer Kursteilnahme.

Ausführlicher können die Ergebnisse dieser Pilotstudie in folgendem englischsprachigen Artikel nachgelesen werden: <https://www.mdpi.com/2227-9067/13/1/57>

Wo kann ich Fostering Changes erleben?

Wenn Sie sich für einen *Fostering Changes*-Kurs oder eine Ausbildung zur Kursleitung interessieren, kontaktieren Sie uns gerne unter kontakt@fostering-changes.de

Fostering Changes-Manual:

Im April 2025 ist das deutsche *Fostering Changes*-Manual im Springer Verlag erschienen: <https://link.springer.com/book/9783662684672>

