



„Starke Eltern – Starke Kinder®“

Manchmal fällt es schwer, Lust und Freude am Elternsein zu erleben. Eltern haben immer weniger Zeit, kommen an ihre Grenzen und erleben das Gefühl der Hilflosigkeit und des Alleingelassenseins. Wenn die Nerven blank liegen und die Situation eskaliert erleben Kinder oft die Wut, Aggressionen oder Frustrationen ihrer Eltern hautnah.

Der Elternkurs „Starke Eltern – Starke Kinder®“ ist ein bundesweit einheitliches Angebot des Deutschen Kinderschutzbundes. Er dient dazu, die Erziehungskompetenzen der Eltern praxisnah und handlungsorientiert zu stärken. An 10 Abenden werden grundlegende Qualifikationen, orientiert an kommunikationstheoretischen und familientherapeutischen Konzeptionen, für den Erziehungsalltag und das familiäre Miteinander vermittelt. (Watzlawick, Rogers, Gordon, Adler, Minuchin),

Der Elternkurs besteht aus einer Kombination aus Theorie und Selbsterfahrung. Zunächst werden die theoretischen Inhalte vermittelt. Zu den Themen gehören:

- die Bedürfnisse und Rechte von Kindern,
- die Notwendigkeit von Disziplin,
- Gefühle und Bedürfnisse erkennen und ausdrücken
- Grenzen setzen,
- verschiedene Kommunikationsformen und –techniken,
- Probleme erkennen und Lösungswege finden
- Verhandlungskunst erlernen und Abmachungen treffen.

Anschließend wird anhand von Übungen und Rollenspielen der Bezug zum Familienalltag hergestellt. Wochenaufgaben dienen dazu, das Gelernte im Alltag zu reflektieren und zu festigen.

Der Elternkurs beginnt am 22. September und endet am 01. Dezember 2009.

Er findet jeweils **dienstags von 19:00 bis 21:00 Uhr** in der **Reisachsule in Weilimdorf** statt.

Unkostenbeitrag: 60 Euro Einzelperson / Paare 90 Euro
Eltern mit 3 und mehr Kindern 20% Ermäßigung
Bonuscard-Besitzer 30 Euro

Kursleitung: Renate Schymura und Ute Thon

Anmeldungen sind unter den Telefonnummern **0711/8600442** oder **0711/8380878** oder per email an ute.thon@ksb-s.de möglich.



Starke Eltern – Starke Kinder®

Ein Elternkurs des Deutschen Kinderschutzbundes Mehr Freude und weniger Stress im Erziehungsalltag

Elternsein kann sehr schön, manchmal aber auch ganz schön anstrengend sein.

Viele Eltern fühlen sich allein gelassen in der Erziehung. Sie sind unsicher, manchmal auch hilflos und kommen an ihre Grenzen.

Starke Eltern - Starke Kinder ® unterstützt Sie dabei, eine Familie zu sein, in der alle gern leben, in der gestritten wird, ohne das Gegenüber niederzumachen und in der Menschen und Grenzen respektiert werden.

In 10 Kurseinheiten geht es um die Bedürfnisse von Kindern und Eltern, die Notwendigkeit von Disziplin, verschiedene Kommunikationstechniken, Problem-erkennung, Lösungswege und Verhandlungskunst. Anhand von Übungen und Rollenspielen wird der Bezug zum Familienalltag hergestellt. Wochenaufgaben dienen dazu, das Gelernte im Alltag zu reflektieren und zu festigen.

Starke Eltern - Starke Kinder ® möchte Ihr Selbstvertrauen als Eltern stärken und die für Ihre Familien wichtigen Werte deutlich machen.

Kursleitung: Barbara Spiller, Dipl. Sozialpädagogin

Ort: im Kinderschutzbund OV Stuttgart in der Christophstraße 8

Termine: vom 28. September bis 07. Dezember 2009, jeweils montags von 18 – 20:30 Uhr

Anmeldung: 0711 – 6338450 oder Email: barbara.spiller@ksb-s.de

Kosten: 60 € pro Person, 90 € für Paare, 30 € für Hartz IV Empfänger.
Der Elternkurs ist auch über den Stärke - Gutschein des Landes Baden-Württemberg abrechenbar.