

Kess-erziehen® Weniger Stress. Mehr Freude.

Online-Seminar für Eltern



Bildrechte: www.pixabay.de



Die Kinder zuhause, die Erwachsenen auch!

Home-Office, Home-Schooling, Kinder bespaßen und im selben Moment erziehen – die Corona-Krise zwingt zu einer Gleichzeitigkeit, die viele Eltern überfordert. Verschiedenste Bedürfnisse und Ansprüche treffen in den Familien aufeinander.

Wie schafft man es als Eltern, den Alltag zu meistern, ohne wahnsinnig zu werden? Was brauchen meine Kinder jetzt? Wie gehe ich mit diesen stressigen Situationen um? Wohin mit meiner Wut und meinem Ärger?

Das Kess-erziehen® Online-Seminar bietet Müttern und Vätern in dieser besonders herausfordernden Zeit Entlastung und hilfreiche Ideen.

Folgende Themen werden angesprochen:

- Wie kann ich das störende Verhalten von Kindern verstehen und angemessen darauf reagieren?
- Wie kann ich drohende Konflikte entschärfen?
- Wie gehen wir respektvoll miteinander um – auch wenn es mal schwierig ist?
- Wie fördere ich die Selbstverantwortung meines Kindes?
- Wie werden innerhalb der Familie Absprachen getroffen, Standpunkte gefunden und Meinungen vertreten?
- Wie kann ich notwendige Grenzen setzen und auch durchsetzen?
- Wie kann ich gelassener reagieren?
- Wie stärke ich das Zusammengehörigkeitsgefühl in meiner Familie?
- Wo bleibe ich als Mutter/Vater? Wie und wo tanke ich Kraft?

Kess-erziehen® vermittelt Eltern viele praktische Anregungen für den herausfordernden Alltag und noch wichtiger: Eine Einstellung, die das Zusammenleben in der Familie erleichtert. **All dem ist inklusive:** Der Austausch mit den anderen Teilnehmer*innen.

Ablauf:

Der Kurs baut an 4 Einheiten inhaltlich aufeinander auf und findet über die Plattform „Zoom“ als Videokonferenz statt.

Technische Voraussetzungen:

Sie haben idealerweise Zugang zu einem aktuellen PC bzw. Tablet mit Kamera, zudem eine stabile Internetverbindung. Die Teilnahme am Online-Seminar ist auch mit einem Smartphone möglich.

Termine: Montags, 11.01.2021, 18.01.2021, 25.01.2021 und 01.02.2021, 19:30 bis ca. 21:30 Uhr

Die Kosten für das Kess-erziehen® Online-Seminar betragen: **20,00 € pro Person/30,00 € pro Paar**

Leitung: Dieter Güntner (KESS Trainer und Ausbilder)

Anmelden unter: efs-weilheim@bistum-augsburg.de

Vermerk: KESS online Seminar Januar 2021



Bildrechte: www.pixabay.de



Bildrechte: www.pixabay.de