

## Starke Eltern – Starke Kinder®

Der Elternkurs Starke Eltern – Starke Kinder® ist ein präventives Kursangebot an alle Eltern, die sich Gedanken um das Miteinander in der Familie und die Entwicklung ihrer Kinder machen.



### Zielsetzung des Elternkurses:

Wir möchten Sie in Ihrem Selbstvertrauen als Erziehende stärken und Sie darin unterstützen den Erziehungsalltag positiv wahrzunehmen. So können Sie Ihren Kindern die Sicherheit geben, die sie für eine gute Entwicklung brauchen. Ziel ist es, den Umgang in der Familie unter Beteiligung aller mit mehr Humor, Freude und Gelassenheit zu meistern. Wärme, Unterstützung und Trost. erfahren mehr Beachtung in der Familie.

### Der Kursablauf:

Der Kurs beinhaltet acht bis zwölf Einheiten. Jedes Treffen steht unter einem Thema und einem Motto, wie z.B. **Achte auf die positiven Seiten Deines Kindes**

Neben kurzen theoretischen Einführungen stehen praktische Übungen und der Austausch unter den Kursteilnehmerinnen und Kursteilnehmern im Mittelpunkt der Treffen. Diskussionen und Austausch zeigen auf, wie das Alltagsleben mit Kindern positiv gestaltet werden kann.

### Besondere Themen im Elternkurs

- Welche Werte und Erziehungsziele habe ich – was ist mir wichtig in der Familie
- Wie kann ich das Selbstwertgefühl meines Kindes stärken
- Wie kann ich meinem Kind helfen
- Wie setze und vereinbare ich Grenzen
- Wie lösen wir Probleme in der Familie

### Und was erwartet Sie noch?

Jede Kurseinheit endet mit einer praktischen Aufgabe für den Familienalltag, der mit viel Freude, Nachdenken und Gesprächen durch alle in der Familie besprochen werden kann. Kleine und große Kinder urteilen, dass sie mit ihren Eltern nach dem Kurs besser klar kommen.

