



## Mein Angebot für Elternbildungsveranstaltungen

---

### Referate zu folgenden Themen:

#### **"Tut Wut gut?"\***

Unsere aggressiven Emotionen werden häufig dann mobilisiert, wenn wir uns nicht als so wertvoll für einen anderen Menschen empfinden, wie wir es gerne hätten.

- Wie begegnen wir der Wut unserer Kinder?
- Wie drücken wir Erwachsenen Wut aus?
- Wie geht es uns dabei?
- Was steckt hinter der Aggression? Was zeigt sie uns? Wozu ist Aggression gut?

#### **"Meine Grenzen, Deine Grenzen"**

Kindern müssten mehr Grenzen gesetzt werden, wird immer wieder gefordert. Grenzen sind wichtig. In dieser Veranstaltung wird eine Möglichkeit für einen anderen Umgang mit Grenzen aufgezeigt: Eltern stehen zu ihren eigenen Grenzen statt dem Kind Grenzen zu setzen. So erfahren die Kinder Grenzen als natürlichen Bestandteil menschlicher Beziehungen statt als willkürliche Einschränkung ihrer Freiheit – ein kleiner Unterschied mit grosser Wirkung.

#### **"Wie stärke ich das Selbstwertgefühl meines Kindes?"**

Dass unsere Kinder ein gesundes Selbstwertgefühl entwickeln, wollen wahrscheinlich alle Eltern. Wie können sie als tägliche Begleiter ihres Kindes diese Entwicklung unterstützen? Was ist der Unterschied zwischen Selbstwertgefühl und Selbstvertrauen? Mit diesen und weiteren Fragen beschäftigen wir uns an diesem Abend.

#### **"Vom Gehorsam zur Verantwortung"**

Dieses Referat soll eine Alternative zur Gehorsamserziehung aufzeigen. Der Eltern-Kind-Beziehung kommt dabei eine zentrale Bedeutung zu. Wenn Eltern die Verantwortung für deren Qualität übernehmen, führt das zu einer entspannten Atmosphäre in der Familie, in welcher Kinder alles lernen, was sie für ein erfolgreiches, gesundes Leben benötigen.

#### **"Leitwolf sein - wie liebevolle Führung in der Familie gelingen kann"**

Wenn das Leittier im Wolfsrudel schwächelt, entstehen vermehrt Konflikte. Wie können Eltern ihren Kindern Orientierung im "Dickicht" des Alltags geben und ihnen so einen sicheren Rahmen für das Entdecken und Entwickeln eigener Fähigkeiten bieten? Wie gelingt es Eltern, klare Signale zu geben?

**Dauer:** Jeweils ca. 90 Minuten

**Anzahl Teilnehmerinnen:** ca.20-50 Personen

**Honorar:** Fr. 650.-

**Für kleinere Gruppen (6-15 Personen) biete ich obige Themen auch in Form eines Workshops à 2-4 Stunden an. Honorar auf Anfrage.**