



Themen und Inhalte

Workshop 1, 120 Minuten

Umgang mit Aggressionen & Wut des eigenen Kindes

Das Kind möchte gerne noch ein Eis nach dem Abendbrot, hört ein „Nein“ und kann dieses nicht akzeptieren. Vielmehr wird es wütend und laut. Das trifft bei uns einen eigenen Nerv und führt dazu, dass wir selber wütend werden, der Tag war sowieso schon stressig genug!

Wir werden auch laut und sagen unserem Kind, dass es sich nicht so anstellen solle oder mal runter kommen solle. Es ist ja immer das gleiche mit dir... Doch das führt dazu, dass unser Kind uns beschimpft oder sogar haut. Wir werden noch wütender und noch lauter und schicken das Kind auf sein Zimmer. Dort hören wir es noch einige Minuten laut schreien und gegen den Schrank treten. Dann wird es wieder still.

Diese oder ähnliche Situationen kennen viele Eltern. Unser bewährter Eltern-Workshop soll helfen anders mit solchen Situationen umgehen zu können. Und zwar so, dass keiner verloren geht. Nicht wir und nicht unsere Kinder. Wie können unser Kind und auch wir unsere Wut leben ohne uns selbst oder jemand anderes zu schaden. Ein Modell aus der Praxis, welches schon vielen Eltern, Fachkräften, Kindern und Jugendlichen helfen konnte, wird dabei auf Augenhöhe vermittelt. Von Fachkräften, die selbst Eltern sind und ähnliche Erfahrungen gemacht haben. Dabei geht es um die Gründe und Dynamiken von aggressiven Verhalten, die (eigenen) Gefühle und die Selbstreflexion.

Workshop 2, 120 Minuten

Gelingende Konfliktkommunikation

In Konfliktsituationen mit unserem Kind stoßen wir manchmal an Grenzen. An die eigenen und auch an die unseres Kindes.

Oft sind wir in unserem eigenen Konfliktmuster gefangen und entkommen diesem nicht, obwohl wir merken dass wir grade dabei sind alles an die Wand zu fahren und dringend eine andere Idee bräuchten.

Im Workshop wird den Eltern ein Modell vorgestellt, das hilfreich sein kann das eigene Muster zu durchbrechen und neue konstruktive Wege in der Kommunikation mit dem eigenen Kind zu finden. Wertfrei, authentisch und selbstkontrolliert.

Das Modell kann als Leitfaden verstanden werden, der sowohl in der Kommunikation mit dem Kind als auch in der inneren Kommunikation eingesetzt werden kann.

Workshop 3, 120 Minuten

Selbstwertstärkung des Kindes

Das Selbstwertgefühl des Kindes stärken – den Sinn darin erkennen wohl alle Eltern...

Aber wie genau kann man das eigentlich? Und was genau ist das Selbstwertgefühl eigentlich?

Hat man ein intaktes Selbstwertgefühl wenn man sich seiner Stärken und Schwächen bewusst ist? Oder ist das nicht eher das Selbstbewusstsein?

Das Gefühl Dinge selbst erreichen zu können ohne Hilfe anderer... Nein, Moment das beschreibt eher die Selbstwirksamkeit....

In diesem Workshop geht es neben der kurzen Definition inhaltlich um Ideen und Methoden um das Selbstwertgefühl des eigenen Kindes zu stärken. Den Eltern werden Methoden aus der Systemik vorgestellt die den Fokus des Kindes (und den eigenen) auf die positiven Dinge richtet. Dies ist für Kinder die durch aggressives Verhalten auffallen genauso hilfreich wie für introvertierte oder ängstliche Kinder.

Dazu gehört auch die eigene innere Haltung und Selbstreflexion. Denn die Eltern und das Familiensystem haben den wohl größten Einfluss auf das Selbstwertgefühl der Kinder.