

***Ki-do: Der Weg der Kinder***  
**Gewaltpräventions-Seminare für Schule und Kindergarten**  
Ralf R. Ide · Segeberger Str. 25 · 23858 Reinfeld · Tel.: 04533/2222 · 0172/4177714

**Fortbildungs-Seminar für Eltern**

**Was tun bei Erziehungsstress?**

„Du hast doch keine Ahnung!“ schreit die 14-jährige Lena ihre Mutter an und zeigt ihr einen Vogel. Dann rennt sie in ihr Zimmer und knallt die Tür hinter sich zu.

Die Mutter steht unten mit einer Mischung von Wut und Traurigkeit und weiß nicht weiter.

Ein Klassiker, der jedem bekannt ist, der Kinder im sog. „An-die-Wand-Klatsch“ Alter hat. Eltern bemühen sich um ein harmonisches Miteinander, und die Jugendlichen antworten mit einem prinzipiellen Gegenan!

Aber Erziehungsstress beginnt nicht erst in der Pubertät sondern tatsächlich schon mit der Geburt des Kindes. Liebevoll, ruhig und geduldig zu bleiben, wenn der Säugling schreit und schreit, ist nicht immer einfach.

Stress (bzw. Distress) ist eine Folge von Überforderung mit der Situation, und Erziehungsstress betrifft immer beide: Eltern und Kind!

Wenn wir die Entstehung und Wirkung von Konflikten zwischen Eltern und Kind besser verstehen, Einblick bekommen in die Entwicklungspsychologie, Verhaltensauffälligkeiten früh erkennen und darüber hinaus wertvolle pädagogische und psychologische Maßnahmen kennen lernen, können wir anders – richtig! – reagieren.

Das Resultat: Das Kind entwickelt sich optimal, und der Alltag ist entspannter!

**Wir wollen im Seminar folgende Inhalte behandeln:**

- Entstehung, Wirkung von und Umgang mit Konflikten
- Kindheit: Zeit des Lustgewinns oder des Lernens?
- Energieventile schaffen (z.B. Richtiges Toben)
- Entspannungsübungen für Eltern und Kinder
- Einführung in das Autogene Training
- Kontrolle und Erziehung zur Selbst-Kontrolle
- Kontrolle starker Emotionen: zu sich kommen statt außer sich geraten!
- Verstehen ermöglicht vertragen: Verständnis füreinander aufbauen
- Zur Problematik des Vorbildes
- Ausbildung individueller **und** sozialer Kompetenzen: Respekt ist keine Einbahnstraße
- Kinder haben Rechte! **und** Pflichten!
- Kinder brauchen Grenzen! **und** bei Grenzüberschreitung Konsequenzen!
- Regeln aufbauen und Einsichten ermöglichen
- Richtiger Umgang mit Lob und Tadel (reinforcement)

Termin und Zeit: nach Absprache, 19 – 22 Uhr, gern im Anschluß an das Kinder-Seminar

Ort: in der jew. pädagogischen Einrichtung

TN und Kosten: mind. 15 Personen / €25,-