

DIE WEGE:

Abenteuer Pubertät

Elternkurs für Mütter und Väter von Jugendlichen im Alter von 11 bis 16 Jahren

In einer gelassenen Haltung, die darauf vertraut, dass Jugendliche wie Eltern bereichert aus der Phase der Pubertät herausgehen, werden deren anstrengenden wie schönen Seiten in den Blick genommen. **Kess erziehen: Abenteuer Pubertät** unterstützt Väter und Mütter in dieser Zeit des Umbruchs und zeigt Wege, wie sie Jugendlichen in ihrem Selbstwertgefühl stärken, Grenzen respektvoll setzen und Kooperationen entwickeln können.

Die Themen der fünf Kurseinheiten sind:

- >> Veränderungen wahrnehmen - soziale Grundbedürfnisse achten
- >> Achtsamkeit entwickeln - Position beziehen
- >> Dem Jugendlichen das Leben zutrauen - Halt geben
- >> Das positive Lebensgefühl stärken - Konflikte entschärfen
- >> Kompetenzen sehen - das Leben gestalten

Zertifizierte Kess-Kursleiter/innen:

- >> Karina Krenz
- >> Sebastian Wurmdobler

Kesse Fortbildung

für pädagogische Fachkräfte

Die Fortbildung richtet sich an MitarbeiterInnen in Kitas und anderen pädagogischen Arbeitsfeldern. **Kess-erziehen: für Fachkräfte** kann als Fortbildungstag oder 2-tägige Fortbildungseinheit für Teams mit unterschiedlichen Schwerpunkten zusammengestellt werden.

Themen der/des Fortbildungstage(s) sind z. B.:

- >> einen respektvollen Umgang mit den Kindern im Gruppenalltag fördern
- >> Unterstützung der Entwicklung der Kinder zu einer eigenständigen und verantwortungsvollen Persönlichkeit
- >> Unterstützung der Erziehenden und der Kinder im Umgang mit Konflikten
- >> Übertragung der Erkenntnisse auf die Arbeit mit Eltern

Durch Impulse, Rollenspiele, Körpererfahrung und Kleingruppenarbeit werden die Themen gemeinsam angegangen und bearbeitet. So wird bei der Fortbildung **Kess erziehen: für Fachkräfte** der Grundstein für eine positiv-kooperative Haltung gegenüber Kindern und Eltern gelegt.

Zertifizierte Kess-Kursleiterinnen:

- >> Petra Bartoli
- >> Stephanie Hilpoltsteiner
- >> Karina Krenz

INFORMATIONEN:

Aufbau und Struktur:

Die Elternkurse **Kess erziehen** finden in der Regel an fünf Abenden zu je 2 1/2 Stunden innerhalb fünf Wochen statt.

Zu jeder Einheit gehören Informationen über die Entwicklung und die Bedürfnisse von Kindern und Jugendlichen, kurze Übungen, Demonstrationen, Selbstreflexion und Anregungen für die Praxis zu Hause. Die Kurse greifen konkrete Erfahrungen der Mütter und Väter auf. Im Elternhandbuch, das an die teilnehmenden Eltern und Erziehenden ausgeteilt wird, sind alle wichtigen Kursinhalte übersichtlich zusammengefasst.

Familienbildung vor Ort -

Teilnahme, Organisation, Durchführung:
Was mache ich, wenn ich einen Elternkurs **Kess erziehen** in der Kolpingsfamilie bzw. Ortsgruppe, im Familienkreis, in der Pfarrei, Schule, Einrichtung oder Gemeinde anbieten möchte oder ich an einem Kurs teilnehmen will?

Das Kolping-Erwachsenenbildungswerk Regensburg e.V. vermittelt für die Elternkurse **Kess erziehen** kompetente Referentinnen und Referenten. Gemeinsam mit Kooperationspartnern wie die Kolpingsfamilie, die Pfarrei, den Kindergarten, die Eltern-Kind-Gruppe, die Schule, usw. werden diese Kurse vor Ort organisiert und angeboten.

Die Kooperationspartner kümmern sich um die Werbung (dazu werden Info-Flyer und Plakate zur Verfügung gestellt), nehmen die Anmeldungen entgegen, stellen einen Raum zur Verfügung und begleiten die Gruppe.

Kess erziehen - ein Projekt der AKF:

Kess erziehen ist ein Projekt der Arbeitsgemeinschaft für katholische Familienbildung e.V. (AKF) in Bonn. Projektleiter ist der wissenschaftliche Referent der AKF, Christof Horst. Die einzelnen Elternkurse und berufsgruppenspezifischen Weiterbildungen wurden dabei in Zusammenarbeit mit verschiedenen Kooperationspartnern entwickelt.

Kontakt und Ansprechpartner in der Diözese Regensburg:

Für konkrete Kurs-Planungen, oder wenn Sie Fragen und Interesse bezüglich **Kess erziehen** haben, nehmen Sie einfach Kontakt mit uns auf.

Kolping-Erwachsenenbildungswerk Regensburg e.V.
Kess-Koordinator: Sebastian Wurmdobler

Obermünsterplatz 7
93047 Regensburg

Tel.: 0941/597-2234
Fax: 0941/94584920

Email: info@kebw-regensburg.de
Internet: www.kebw-regensburg.de

www.kess-regensburg.de

Weitere Informationen zu Kess erziehen bzw. zu den Kess-Kursleiter/innen unter:

www.kess-erziehen.de
www.akf-bonn.de
www.petra-bartoli.de
www.hilpoltsteiner.de
www.karina-krenz.de



Kess
kooperativ | ermutigend | sozial | situationsorientiert
erziehen®

Elternkurse
für Mütter und Väter

Fortbildung
für pädagogische
Fachkräfte



Von Anfang an
Weniger Stress - mehr Freude
Abenteuer Pubertät



DIE HALTUNG:

Kess-erziehen vermittelt Eltern viele praktische Anregungen für den Erziehungsalltag. Und, noch wichtiger: eine Einstellung, die das Zusammenleben in der Familie erleichtert.

K wie kooperativ.

Das heißt: Gemeinsam für ein gutes Familienklima sorgen. Regeln verabreden statt diktieren. Konflikte so lösen, dass keiner zu kurz kommt.

E wie ermutigend.

Das heißt: Sich dem Kind, dem Jugendlichen zuwenden, auf seine Stärken schauen, seine Selbstständigkeit fördern. Ihm zumuten, die Verantwortung für sein Handeln zu übernehmen.

S wie sozial.

Das heißt: Die Bedürfnisse der Kinder und Jugendlichen nach Halt und Zuwendung wie nach Eigenständigkeit und Mitbestimmung erfüllen. Und darauf achten, dass sie die Bedürfnisse der Eltern und Erziehenden respektieren.

S wie situationsorientiert.

Das heißt: Die im Moment gegebenen Bedingungen und die Möglichkeiten berücksichtigen, die bei Mutter, Vater oder den Erziehenden sowie beim Kind oder dem Jugendlichen vorhanden sind.

DIE ZIELE:

Starke Eltern

Kess-erziehen stärkt Mütter und Väter in einem respektvollen Erziehungsstil. Sie erfahren, welche sozialen Grundbedürfnisse Kinder und Jugendliche haben und was sie zur positiven Entwicklung ihres Selbstwertgefühls brauchen. Die Eltern lernen, weshalb Kinder und Jugendliche bestimmte störende Verhaltensweisen zeigen und wie sie darauf situationsorientiert und förderlich reagieren können.

Ein respektvoller Umgang miteinander

Kess-erziehen unterstützt Väter und Mütter, den Kindern und Jugendlichen wertschätzend zu begegnen, Vertrauen in ihre Fähigkeiten zu entwickeln und so weit wie möglich auf die Eigentätigkeit und das Verantwortungsbewusstsein der Kinder und Jugendlichen zu bauen. Die Beziehung zwischen Eltern und Kindern wird dadurch entscheidend gestärkt.

Eigenständige, verantwortungsvolle und lebensfrohe Kinder und Jugendliche

Kess-erziehen zeigt auf, wie ein Zugehörigkeitsgefühl zur Familie gefördert werden kann, auf dessen Grundlage Kinder und Jugendliche sich einbringen und kooperieren. Mütter und Väter werden ermutigt, Grenzen respektvoll zu setzen und den Heranwachsenden die logischen und fairen Folgen zuzumuten, die aus ihrem Verhalten resultieren. So lernen sie, Verantwortung für ihr Handeln zu übernehmen.

Ein gekonntes Umgehen mit Konflikten

Kess-erziehen vermittelt Strategien, aus beginnenden Eskalationen auszusteigen. Mütter und Väter werden zu konsequentem Handeln ermutigt. Und es werden Wege aufgezeigt, Meinungsverschiedenheiten und Konflikte mit den Kindern und Jugendlichen gemeinsam anzugehen und zu lösen.

Sinnfragen nicht aus dem Weg gehen

Kess-erziehen unterstützt Mütter und Väter, mit ihrem Kind gemeinsam auf die Suche nach dem Sinn des Lebens zu gehen. Denn Kinder wollen ihre Welt begreifen: nicht nur wie alles funktioniert, sondern auch warum alles so ist, wie es ist.

Erziehung, die Spaß macht

Kess-erziehen lenkt den Blick auf die Stärken der Mütter, Väter und Kinder. Gegenseitiger Respekt, verständnisvoller Umgang und Momente der Ermutigung reduzieren Konfliktpotenziale und erziehungsbedingten Stress. Die Freude am gemeinsamen Wachsen und das liebevolle, spannende und erlebnisreiche Miteinander gewinnen an Raum.

Praktische Erziehungshilfen

Kess-erziehen setzt an konkreten Erziehungssituationen der Väter und Mütter an, die am jeweiligen Kurs teilnehmen. Und sie nutzen die darin liegenden Ressourcen zur Förderung der Erziehungs- und Handlungskompetenz. Impulse, Reflexionen, Übungen und konkrete Anregungen für zu Hause ermöglichen eine leichte Umsetzung der vermittelten Inhalte. Gleichzeitig wird eine Vernetzung interessierter Eltern angeregt.

DIE WEGE:

Von Anfang an

Elternkurs für Mütter und Väter von Kindern im Alter von 0 bis 3 Jahren

Kess erziehen: Von Anfang an für Väter und Mütter von Kindern im 1. bis 3. Lebensjahr stärkt die Eltern-Kind-Beziehung. Die Eltern werden darin unterstützt, die Entwicklung ihres Kindes zu fördern, indem sie feinfühlig agieren, das Kind in den Alltag einbeziehen und alltägliche Erfahrungsräume nutzen. Gleichzeitig fördert der Kurs die kommunikativen Fertigkeiten der Eltern.

In fünf Einheiten werden folgende Themen vertieft:

- >> Ein neues Leben beginnt - Beziehung aufbauen
- >> Ermutigt die Welt erkunden - Selbstständigkeit fördern
- >> Kompetenz erleben - Konfliktsituationen **kess** angehen
- >> Selbstbewusst werden - Für sich sorgen
- >> Ich bin ich - Gemeinschaft leben

Kess-erziehen: Von Anfang an eröffnet Eltern Wege zu einem entspannten und erlebnisreichen Miteinander. Zu jeder Einheit gehören Informationen über die Entwicklung und Bedürfnisse von Kindern, kurze Übungen, die Entdeckung des Erfahrungsschatzes des Alltages und Anregungen für zu Hause.

Zertifizierte Kess-Kursleiterinnen:

- >> Stephanie Hilpoltsteiner
- >> Karina Krenz

Weniger Stress - mehr Freude

Elternkurs für Mütter und Väter von Kindern im Alter von 3 bis 11 Jahren

Kess erziehen: Weniger Stress - mehr Freude stellt die Entwicklung des Kindes, gestützt durch Ermutigung, und dessen verantwortungsvolle Einbeziehung in die Gemeinschaft in den Mittelpunkt. Mütter und Väter von Kindern im Alter von 3 bis 11 Jahren erhalten eine praktische, ganzheitlich orientierte Erziehungshilfe.

Die Themen der fünf Kurseinheiten:

- >> Das Kind sehen - soziale Grundbedürfnisse achten
- >> Verhaltensweisen verstehen - angemessen reagieren
- >> Kinder ermutigen - die Folgen des eigenen Handelns zumuten
- >> Konflikte entschärfen - Probleme lösen
- >> Selbstständigkeit fördern - Kooperation entwickeln

Zu jeder Einheit gehören Informationen über die Entwicklung und die Bedürfnisse von Kindern, kurze Übungen, Demonstrationen, Selbstreflexion und Anregungen für die Praxis zu Hause.

Zertifizierte Kess-Kursleiter/innen:

- >> Ingrid Eibl
- >> Karina Krenz
- >> Brigitte Nagler
- >> Martin Schulze
- >> Sebastian Wurmdobler

