

Informationen über Kess-erziehen auch unter:
www.kess-erziehen.de und
www.stadtmission-chemnitz.de



Elternkurse

- ermutigen Mütter und Väter zu einem entspannten und erlebnisreichen Miteinander mit ihren Kindern
- vermitteln Eltern viele praktische Anregungen für den Erziehungsalltag
- helfen zu einer Einstellung, die das Zusammenleben in der Familie erleichtert
- zeigen, wie Eltern respektvoll Grenzen setzen können

„Mehr Freude - weniger Stress“ Kurs für Eltern von 2 – 12jährigen Kindern

aufeinander aufbauende Einheiten:

1. Das Kind sehen – soziale Grundbedürfnisse achten
2. Verhaltensweisen verstehen – angemessen reagieren
3. Kinder ermutigen – Folgen des eigenen Handelns zumuten
4. Konflikte entschärfen – Probleme lösen
5. Selbständigkeit fördern – Kooperation entwickeln

„Abenteuer Pubertät“ Kurs für Eltern von 10 – 16jährigen Kindern/Jugendlichen

aufeinander aufbauende Einheiten:

1. Veränderungen wahrnehmen – die sozialen Grundbedürfnisse der Jugendlichen sehen
2. Achtsamkeit entwickeln – Position beziehen
3. Dem Jugendlichen das Leben zutrauen – Halt geben
4. Das positive Lebensgefühl stärken – Konflikte entschärfen
5. Kompetenzen sehen – das Leben gestalten

- Gruppen:** 8 bis 12 Teilnehmer
- Termine:** 5 zu je 2 ½ Stunden
- Kosten:** 50,00 € pro Teilnehmer (Elternpaare 75,00 €)
+ 7,50 € für das begleitende Elternhandbuch
- Anmeldung:** laufend möglich, Kontaktdaten siehe unten

Die Anmeldung ist erst mit der Überweisung der Kurskosten verbindlich.

Lebensberatungsstelle der Stadtmission Chemnitz e.V., - Erziehungs- und Familienberatung -
Glockenstr. 5, 09130 Chemnitz

Telefon **0371 4334 125**

Fax **0371 4334 222 125**

Mail lbst@stadtmission-chemnitz.de
