

Vortrags- und Seminarthemen für Eltern an Schulen

Hinweis: Wir halten die Vorträge und Seminare in der Regel mit zwei Referentinnen, da uns dies u.a. die Durchführung von Rollenspielen ermöglicht. So können die Teilnehmer die neue Form des Umgangs direkt als Zuschauer erleben. Rückmeldungen von Eltern zeigen, dass sie gerade diese Form der Darstellung als äußerst wertvoll erleben.

Die beliebtesten Themen für Elternabende (evtl. mit anschließenden Elterngruppen)

„Eltern sind heute tief verunsichert über die Erziehung ihrer Kinder. Sie brauchen neue Wege, um den Maßstab in sich selbst zu finden.“ Jesper Juul

1. Auswege aus dem Schulstress- erfolgreiches Lernen braucht starke Beziehungen

In vielen Familien sorgt das Thema Schule für Stress und Sorgen. In Zeiten von Pisa Studie und Jugendarbeitslosigkeit wächst der Druck, und viele Kinder gehen mit Kopf- oder Bauchschmerzen zur Schule. Der tägliche Kampf um die Hausaufgaben und gute Schulnoten bestimmen das Familien(un)glück und belasten die Beziehungen zwischen Erwachsenen und Kindern.

Oft fühlen Eltern sich für den Schulerfolg viel verantwortlicher als ihre Kinder. Gerade wenn Kinder Lernschwierigkeiten haben, entsteht oftmals ein besonderer Ehrgeiz. Nicht selten machen Kinder dann „dicht“ anstatt Fortschritte. In diesem Vortrag erfahren Sie, wie Sie Ihr Kind wirklich erreichen, seine Lust am Lernen erhalten und seine Eigenverantwortung fördern können. Neben Ihren Fragen bearbeiten wir folgende Themen:

- Wie unterstütze ich mein Kind, so dass es kooperiert statt „dicht macht“
- Hausaufgaben sinnvoll begleiten
- Förderung statt Überforderung
- Umgang mit Krisen zum Thema Schule
- Erkenntnisse aus der Hirnforschung für den Erziehungsalltag
- Gespräche mit Lehrern führen

2. Klarheit, Deutlichkeit, Verlässlichkeit- der Umgang mit ADS

Was genau ist ein *Aufmerksamkeitsdefizit-Syndrom mit oder ohne Hyperaktivität*? Woran kann man erkennen, ob das eigene Kind betroffen ist? Sind „ADS-Kinder“ wirklich anders? Welche Hilfen bringen Kindern und ihren Eltern wirklich Erleichterung? An diesem Abend bekommen Sie grundlegende Informationen zum ADS und deren Entstehung. Darüber hinaus sprechen wir über Wege, wie Sie über eine neue

Beziehungsgestaltung wieder Zugang zu ihrem Kind bekommen und auf Punktepläne, andere Trainingsmaßnahmen und Strafen verzichten können.

3. Wie viel Eltern braucht ein Kind?

In vielen Familien gibt es Nerven aufreibende Machtkämpfe um die Hausaufgaben und andere Pflichten, die Kinder ungern erfüllen. Themen wie Zähneputzen, Schlafengehen oder das morgendliche Anziehen sind zusätzliche „rote Tücher“, die die Beziehungen zwischen Eltern und Kindern belasten. Mütter und Väter stehen dabei untereinander manchmal im Wettstreit, wer sein Kind besser „im Griff“ hat. Vor allem Mütter leiden unter einem chronisch schlechten Gewissen, weil sie einerseits meinen, zu wenig für ihre Kinder zu tun oder andererseits zu inkonsequent zu sein. Dadurch stehen Kinder heute in vielen Familien im Mittelpunkt- und damit alleine!

In diesem Vortrag erfahren Sie, was Kinder wirklich brauchen, warum es gut ist, auch mal „egoistisch“ zu sein und warum eine klare und gleichzeitig weniger pädagogische Haltung oft zu mehr Erfolg führt. Erkenntnisse aus der Hirnforschung untermauern die Thesen.

4. Auswege aus Machtkämpfen- für Eltern, die neue Wege gehen wollen

Grenzen setzen ist zum Schlagwort der Erziehung geworden. Aber wie macht man das, ohne sich in Machtkämpfen und im Teufelskreis aus Drohungen, Strafen und Konsequenzen zu verlieren? Die persönliche Sprache ist ein einfacher und für uns doch sehr ungewohnter Weg. An konkreten Beispielen erfahren Sie, wie Sie so reden, dass Ihr Kind Sie respektiert.

5. Nein sagen mit gutem Gewissen

Ein klares Nein ist oft die liebevollste Antwort, die Eltern ihrem Kind geben können. Und dennoch fällt es oft so schwer, zu seinen Kindern, seinem Partner oder anderen Menschen, die uns am Herzen liegen, nein zu sagen. Warum auch das „Nein“ so wichtig ist und wie Sie lernen können, es ohne schlechtes Gewissen zu sagen, ist Inhalt dieses Vortrags. Grundlage dafür ist das Buch von Jesper Juul „Nein aus Liebe“.

6. Aus Erziehung wird Beziehung

Dieser Vortrag richtet sich an Eltern, die ihre Kompetenzen im Erziehungsalltag erweitern wollen. In einem Dschungel von Erziehungsratgebern und gut gemeinten Expertentipps ringen Erwachsene um „Methoden“ und „Tricks“, die Kinder fürs Leben fit zu machen. Beide Seiten stehen dabei zunehmend unter Druck.

Die Alternative ist: Kinder lernen nicht durch **Erziehung** sondern durch **Beziehung**. Das heißt: Kinder kooperieren gerne mit Erwachsenen, die sich trauen, klar zu sagen, was sie wollen, ohne Druck auszuüben.

Wir machen konkrete Vorschläge, wie Erwachsene:

- mit dem Kind so reden, dass es auch ohne Drohungen und Strafen auf sie hört
- die Führung übernehmen, ohne dass Machtkämpfe entstehen

- dem Kind zu mehr Eigenständigkeit verhelfen und so weniger Stress haben
- „Nein“ zum Kind sagen können ohne schlechtes Gewissen

Viele Eltern berichten nach dem Seminar von einschneidenden Veränderungen und mehr Gelassenheit im Erziehungsalltag!

7. Wie stärke ich das Selbstwertgefühl meines Kindes?

In diesem Vortrag wird der Unterschied zwischen Selbstvertrauen und Selbstwertgefühl erörtert. Diese Begriffe werden oft synonym verwendet, haben aber unterschiedliche Bedeutungen. Ein gesundes Selbstwertgefühl macht stark für jegliche Beziehungen in Familie, Schule und Arbeitsleben. Je eher sich Erwachsene über den Unterschied und ihre eigenen Ziele bewusst werden, desto größer ist der Gewinn für die Kinder und für sie selbst.

8. Trennung und Scheidung- wie Schweres leichter werden kann

In Deutschland wird rund jede dritte Ehe geschieden, und jährlich sind rund 150 000 Kinder von der Scheidung ihrer Eltern betroffen. Dazu kommen die Kinder von unverheirateten Eltern, die in der Statistik nicht auftauchen. Die mit der Trennung verbundenen emotionalen und praktischen Veränderungen im Alltag verunsichern alle Familienmitglieder. Eltern sind dann häufig sehr mit sich selbst beschäftigt, gleichzeitig brauchen die Kinder aber gerade jetzt Nähe und Zuwendung- das ist eine enorme Herausforderung für alle Beteiligten! Erfahren Sie in diesem Vortrag, wie Sie Ihr Kind durch diese schwierige Zeit so begleiten können, dass es mit seinen Gefühlen umgehen kann, sich selbst als wertvoll und die wichtigen Bezugspersonen als sichere Basis erlebt.

9. Aggression- ein (un)mögliches Gefühl?

Aggressive Kinder sind Problemkinder! Das ist die vorherrschende Meinung. Für die psychische Gesundheit ist es jedoch notwendig, diese Emotion zu integrieren, damit sie nicht zur Gewalt wird. In diesem Vortrag möchten wir Eltern vermitteln:

- wie Aggressionen entstehen
- was passiert, wenn wir Aggressionen unterdrücken
- wie man konstruktive von destruktiven Aggressionen unterscheidet
- welchen Sinn Aggressionen machen und wie wir sie richtig lenken können
- wie man Aggressionen in Botschaften über die Bedürfnisse des Kindes „übersetzen“ kann
- wie man eine empathische Beziehung zum Kind gestaltet und damit Gewalt vorbeugt
- wie man als Erwachsener alltagstauglich mit aggressivem Verhalten umgehen kann
- wie Ideen zum spielerischen Umgang mit Aggressionen entwickelt werden können

10. Kindern vertrauen

Obwohl wir uns irgendwann mal geschworen haben, mit den eigenen Kindern anders umzugehen, als wir es bei unseren Eltern erlebt haben, ist unsere Erziehung doch auch geprägt von dem Wunsch, dass unsere Kinder gehorsam sein sollen. Wir strafen,

verlieren uns in Machtkämpfen und haben hohe Erwartungen, weil uns allen noch die „alte“ Erziehung „in den Knochen“ steckt. So entstehen bei Eltern und Kindern Versagensängste und Stress – sowohl in der Kita als auch Zuhause.

Die moderne Hirnforschung belegt immer wieder, dass wir Kindern viel mehr vertrauen und zutrauen könnten, als wir bisher glaubten. Sie ermutigt uns, unseren Blick auf Kinder und unsere Erziehungsmethoden zu verändern.

Wir laden Sie ein zu einem Abend voller Anregungen und konkreter Ideen, wie Sie

- aus Machtkämpfen aussteigen
- weniger Streit, Arbeit und Anstrengung mit den Kindern erleben
- mehr Genuss und zufriedenere Beziehungen in der Familie etablieren können

11. Die Mütterkrankheit: Das ewig schlechte Gewissen

Mütter neigen dazu, mit einem ständig schlechten Gewissen durchs Leben zu laufen: Bin ich zu hart zu meinem Kind, ausreichend konsequent? Spiele ich genug mit ihm? Fördere ich es richtig? Koche ich das richtige Essen? Das schlechte Gewissen schwächt Lebensfreude und Handlungsfähigkeit. Kinder spüren mit ihren feinen Antennen die Unsicherheit der Eltern und provozieren oft extra heftig. Dadurch wird das schlechte Gewissen noch stärker. Dieser Vortrag erläutert die Hintergründe für das Entstehen des schlechten Gewissens und bietet sehr konkrete Übungen und Auswege aus dem Dilemma. Mütter werden ermutigt, beherzt Nein zu sagen und persönliche Grenzen zu ziehen. Mehr Lebensfreude, Selbstsicherheit und Klarheit im Kontakt zu Kind und Partner sind die Folgen, mit denen Sie rechnen dürfen!

12. Väter sind anders, Mütter auch

Viele Eltern glauben, dass sie vor ihren Kindern eine einheitliche Erziehungsfront bilden müssen. Kinder brauchen aber „echte“ Menschen, die naturgemäß unterschiedlich sind. Väter haben ihren Kindern gegenüber andere Fähigkeiten und Kompetenzen als Mütter. Sie sind nicht nur „Assistenten“ der Mütter, sondern haben einen eigenen Part in der Familie, den nur sie übernehmen können. In unserem Vortrag möchten wir Ihnen erläutern, worin der Reichtum der Unterschiedlichkeit besteht, warum es für alle Familienmitglieder belebend ist, wenn Frauen den Männern mehr vertrauen und wenn Männer mehr Verantwortung übernehmen. Es geht nicht um Gleichmacherei, sondern um authentische Beziehungen, in denen sich alle wohler fühlen. Was das für Stiefväter oder getrennt lebende Eltern bedeutet, werden wir ebenfalls beleuchten.

Wir machen Ihnen praktische Vorschläge, wie Sie im Alltag neue Erfahrungen machen können und möchten gerne einen Dialog über ihre Erfahrungen und Anliegen führen!

13. Hilfe, mein Kind will alles selbst bestimmen!

Viele Eltern klagen in Beratungssituationen darüber, dass ihre Kinder ihren Dickkopf durchsetzen wollen und oft erst reagieren, wenn Eltern schreien oder Strafen androhen. Kinder sind heute nicht mehr so gehorsam, wie die Elterngeneration es vielleicht noch war. Darüber kann man klagen oder sich freuen: Frauen haben damit angefangen, sich zu emanzipieren und nicht mehr so gehorsam zu sein wie noch vor 50 Jahren. Nun folgen die Kinder! Wir brauchen neue Wege, diese „ungehorsamen“ Kinder zu

erreichen. In diesem Vortrag erfahren Sie an konkreten Beispielen aus dem Alltag überraschende Sichtweisen, die mit etwas Mut zu einer erheblichen Entspannung des Familienlebens und Erziehungsalltags führen!

14. Was Familien trägt

Im Vergleich zu früheren Generationen ist das Familienleben heutzutage sehr viel mehr von Unsicherheiten bestimmt, da es keinen klaren gesellschaftlichen Konsens mehr darüber gibt, was „falsch“ und „richtig“ ist. Jede Familie muss sich selbst neu erfinden und entscheiden, welche Werte sie etablieren will. Auf Grundlage der Gedanken des dänischen Familientherapeuten und Buchautoren Jesper Juul stellen wir Ihnen übergreifende und allgemein tragfähige Werte wie Authentizität, Gleichwürdigkeit und Integrität vor. Das klingt nach „großen Worten“, die wir Ihnen aber ganz konkret und alltagsnah schmackhaft machen wollen, so dass Sie in Ihrem Familienleben umsetzbar sind.

15. „Wir sind eine Patchworkfamilie“ - Herausforderung und Chance

Wenn sich Erwachsene – meist nach einer Trennung, oder dem Verlust eines Partners - neu verlieben, formt sich daraus auch oft eine neue Familie. Aber die in einer klassischen Familie gewachsenen Bindungsformen funktionieren dann erst einmal nicht mehr und es kommt zu völlig neuen Arten von Konflikten. Und mangels Erfahrung haben die Beteiligten natürlich auch erst mal keine Lösungsansätze parat, was das „Zusammenwachsen“ sehr erschwert. In unserem Vortrag erfahren Sie, wie aus Stiefeltern „Bonuseltern“ werden, wie man die neuen Beziehungen etablieren kann und welche allgemeinen Grundsätze zum Gelingen von Patchworkfamilien beitragen.

16. Pubertät ist keine Krankheit, sondern eine Tatsache!

Die Pubertät wird gerne als die zweite „Trotzphase“ bezeichnet. Warum man besser von einer Selbständigkeits- und Selbstwertungsphase spricht und weshalb richtig anstrengende Jugendliche besonders kompetent und wichtig für ihre Eltern sind, davon handelt dieser Vortrag. Viele Eltern verfallen in der Pubertät in eine Art Turboerziehung um in der letzten Minute noch alles richtig zumachen. Das kann nicht funktionieren, vielmehr kommt es jetzt auf die Beziehung an. Eltern werden ermutigt, sich ins Hinterland der Erziehung zurückzuziehen, eine Umschulung vom Erzieher zum Begleiter zu absolvieren und sich insgesamt mehr zu entspannen!

Diesen Vortrag halten wir zu zweit, er beinhaltet eine Power-Point-Präsentation sowie Rollenspiele der Referentinnen aus dem Familienalltag, die die Problematik auf humorvolle und lebendige Weise veranschaulichen.

Tipp: Diese Veranstaltung kann auch gemeinsam mit Jugendlichen durchgeführt werden! Es hat sich als besonders wertvoll herausgestellt, Eltern und Jugendliche in diesem Rahmen in einen Dialog über das Thema „Pubertät“ zu bringen!

Beate Kuhlmann & Sabine Hertwig Wiesenstr. 36-38 45128 Essen www.projektfamilie.de

Bei Interesse nehmen Sie gerne persönlich Kontakt zu uns auf:

Beate Kuhlmann:

0201. 25905509

0151. 54839623

kuhlmann@projektfamilie.de

Sabine Hertwig:

0201. 85838996

0177. 5513669

hertwig@projektfamilie.de