

Wege aus der Brüllfalle

201-162005

Die Eltern bitten nett und höflich, aber selbst beim dritten Mal reagiert das Kind überhaupt nicht. Obwohl die Eltern sich vorgenommen hatten, ruhig zu bleiben, wird der Ton lauter, es folgt eine Warnung, dann Gebrüll - jetzt endlich klappt es. Aber leider ist der Erfolg nur kurzfristig - und es gibt nur Verlierer: Das Kind schaltet auf Durchzug und die Eltern sind frustriert. Wir besprechen, wie sich Eltern ohne Brüllen oder Androhung von Gewalt durchsetzen und ihre Kinder respektvoll und angemessen behandeln können.

für Eltern
mit Kindern von 0 bis 6 Jahren

Margarete Lorinser
Therapeutin und Heilpraktikerin
für Psychotherapie

Väter erziehen anders

201-162006

Väter erziehen anders und das ist auch gut so. Oft entsteht der Eindruck, dass Mütter durch die viele (gemeinsame) Zeit mit den Kindern „besser erziehen“, und es „richtiger machen“ würden. Väter fühlen sich dadurch in ihrem Umgang mit den Kindern manchmal verunsichert, auch weil sie manches anders machen – und das wiederum sorgt dann oft für Zoff. Wir sprechen über die Gemeinsamkeiten, aber auch Unterschiede der Erziehung von Müttern und Vätern. Dabei stärken wir den Vätern den Rücken, damit sie mit gutem Gefühl ihren eigenen Weg gehen.

für Väter
mit Kindern von 0 bis 10 Jahren

Siegwart Johansen
Systemischer Familienberater,
Leiter des Vätertreffpunkts PapaJa

Erziehung als Gratwanderung

201-162007

Gibt es einen goldenen Mittelweg zwischen Macht und Ohnmacht, Wissen und Zweifel, Härte und Nachsicht? Eigentlich sind Kinder bestrebt, die Erwartungen und Wünsche ihrer Eltern zu erfüllen und möchten keinen Ärger. Sie wollen sich geborgen und sicher fühlen. Manchmal sehen sich aber die Eltern gezwungen, einschränkend und strafend zu handeln. Selten erreichen sie damit ihr Ziel. Kann Familienleben auch ohne Strafen und Belohnungen im Sinne von „Zuckerbrot und Peitsche“ stattfinden? Ist Erziehung mit einem guten Gefühl möglich? Ein gemeinsamer Blick hinter die Kulissen kann zur Klärung beitragen.

für Eltern
mit Kindern von 6 bis 12 Jahren

Dr. Manuela Boccignone
Lehrerin, Philologin

Kleine Inseln der Entspannung

201-162008

Im schnelllebigen Familienalltag können auch Kinder in Stress geraten. Wir erfahren zunächst, wie wir mit einfachen Mitteln für Kinder kleine Inseln der Entspannung schaffen können. Im Anschluss entspannen die Eltern zu den Klängen der Klangschale und schöpfen neue Kraft für den Erziehungsalltag. Bitte Kissen und Decke mitbringen.

für alle Eltern

Claudia Hunn-Kappler
Erzieherin, Elternbegleiterin/-beraterin

Gelassen bleiben in wilden Zeiten

201-162009

Im Familienalltag sind wir Eltern immer wieder mit heftigen Gefühlsausbrüchen unserer Kinder konfrontiert. Im Workshop erfahren und erleben Sie, welche Haltung und welche Sprache es braucht, um mit den wilden Gefühlen wie Wut, Frust, Aggression, Angst und Panik der Kinder so umzugehen, dass die Situation nicht eskaliert.

für alle Eltern

Karin Stuber, Lehrerin
familylab-Seminarleiterin,
Systemische Familienberaterin

Familien-Kommunikation leichtgemacht

201-162010

Kommunikation ist besonders in der Familie wichtig. Sie gelingt, wenn wir miteinander sprechen, einander zuhören, uns ausreden lassen und verstehen, was der andere eigentlich sagen will. Doch oft ist das nicht leicht, denn durch Sprache kommt es immer wieder zu Missverständnissen, Komplikationen und Problemen. Wir besprechen einfache Methoden, die die Kommunikation in der Familie leichter und gelingender machen können.

für alle Eltern

Kerstin Heuser
Systemische Familientherapeutin (SG)

Bildnachweis: © Cathy Yeulet_fotolia.de, © Patrizia Tilly_fotolia.de, © Thinkstock-Getty Images

Zeitlicher Ablauf

13.00–14.45 Uhr
14.45–15.30 Uhr
15.30–17.30 Uhr
12.30–17.45 Uhr

Vortrag
Elterncafé
Workshops
Kinderbetreuung

Anmeldung / Kosten der Tageskarte

Tageskarte = Vortrag + Workshop + Pausensnack | **Kosten:** 20 € pro Person

Anmeldung: Die Tageskarte buchen Sie direkt unter vhs-karlsruhe.de/elterntag über die beim jeweiligen Workshop genannte Kursnummer.

Die Platzzahl ist begrenzt, wir bitten um Voranmeldung; Restplätze gibt es ggf. an der Tageskasse (25 € für die Tageskarte; 15 € für Workshop oder Vortrag - jeweils inkl. Pausensnack)

Ermäßigungen Tageskarte

STÄRKE Ermäßigungen gibt es über das Landesprogramm STÄRKE für Eltern in besonderen Lebenssituationen.

Alleinerziehende, Mehrlingseltern, Pflege- oder Adoptiveltern, Eltern mit kranken oder behinderten Familienmitgliedern, Eltern in prekären finanziellen Verhältnissen, Eltern mit Migrationshintergrund zahlen für die Tageskarte 6 € pro Person.

Bitte wenden Sie sich an Sigrid Abeln, Tel.: 0721/98 575-23, abeln@vhs-karlsruhe.de

Kinderbetreuung / Kosten der Kinderbetreuung

Wir betreuen Ihre Kinder ab ca. 1 Jahr, auch behinderte Kinder. Wir teilen die Kinder in Gruppen mit jeweils 8 bis 12 Kindern und mindestens zwei Betreuer*innen ein. Die Gruppen halten sich in verschiedenen Räumen auf, je nachdem, ob sie spielen, basteln, Geschichten hören, toben oder im Kindercafé essen und trinken.

Kosten für die Kinderbetreuung: 5 € pro Kind

Anmeldung zur Kinderbetreuung

ist nur telefonisch möglich bei

- ▶ Helene Daubenspeck, Tel.: 0721/98 575-20
- ▶ Alla Unrau, Tel.: 0721/98 575-801
- ▶ Diana Schuster, Tel.: 0721/98 575-43

Informationen zum Abgeben und Abholen Ihrer Kinder erhalten Sie einige Tage vor dem Elterntag per E-Mail.

Tagungscafé + Kindercafé

In der Pause können Sie sich zum Thema austauschen und sich bei Kaffee, Tee und Kaltgetränken, bei Kuchen und belegten Brötchen stärken. Die Bewirtung ist im Preis inbegriffen. Damit Sie sich ganz auf den Elterntag konzentrieren können, bewirten wir Ihre Kinder in einem extra Kindercafé mit kindgerechten Kleinigkeiten wie Brezeln etc. Die Kinder werden dabei von den Betreuer*innen begleitet.

Volkshochschule Karlsruhe
Kaiserallee 12e
76133 Karlsruhe

Telefon: 07 21 / 985 75 -0
vhs-karlsruhe.de
info@vhs-karlsruhe.de

HINWEISE

Volkshochschule Karlsruhe

ElternTag

Entspannt erziehen:
Eltern sein – gelassen bleiben

Vortrag und Workshops
mit Kinderbetreuung

vhs-karlsruhe.de

Samstag
1.2.2020
13–17.30 Uhr



vhs
KARLSRUHE

ELTERNTAG

2020

Sa, 1.2.2020
13 – 17.30 Uhr

Beim ElternTag informieren wir Sie kompakt über wichtige Erziehungsthemen und Sie erhalten viele Anregungen zu Erziehungsfragen.



Entspannt erziehen: Eltern sein – gelassen bleiben

Eltern sein – gelassen bleiben ... Wie schön wäre das! Das Familienleben kann oft ganz schön turbulent sein. Wir leisten viel im täglichen Spagat zwischen Kindererziehung, Familienleben, Haushalt und Beruf. Dadurch können Gereiztheit und Überforderung entstehen, die Familienatmosphäre leidet. Und Kinder sind hochsensible Wesen, spüren alles und reagieren entsprechend. Wichtiger als der Wunsch perfekt sein zu wollen, ist eine ordentliche Portion Humor und es erzieht sich leichter, wenn man gelassener an die Sache heran geht. Schon kleine Schritte helfen, Stress im Familienleben zu vermeiden.

Der Elterntag geht mit dem Vortrag und verschiedenen Workshops auf dieses Thema ein und gibt Anregungen für Ihr Familienleben.



Der Elterntag ist eine Kooperation mit dem
Kinderbüro Karlsruhe, Abteilung Familienbildung

Vortrag, 13-14.45 Uhr

Ulrich-Bernays-Saal, Hofgebäude

Entspannt erziehen

Auf dem Herd kocht das Nudelwasser, das Telefon klingelt – und ein Kind ruft um Aufmerksamkeit. Der Alltag stellt Eltern immer wieder vor herausfordernde Situationen: Sie sind gestresst und reagieren dann auch mal genervt und unangemessen. Kindererziehung ist eben nicht immer einfach. Oder doch?! Seinem Kind spielerisch Grenzen setzen, Werte vermitteln, es entspannt erziehen und dabei auch noch Spaß haben - all das ist möglich! Erziehung kann so einfach sein – wenn Eltern es entspannt angehen und nicht um jeden Preis perfekt sein wollen.

Der Vortrag gibt eine Fülle von Anregungen, wie Eltern im Erziehungsalltag gelassen bleiben und wie eine kindgerechte und moderne Erziehung gelingen kann. Kurz gesagt: Liebe Eltern bleibt entspannt!

Gerhard Spitzer

Heil- und Verhaltenspädagoge, Eltern-Trainer und Gastdozent für Lehrerfortbildung an den Pädagogischen Hochschulen Wien, Graz und Zürich.
Gründer und pädagogischer Leiter des Vereins Kiddy-Coach (Erziehungsberatung und Eltern- Coaching), Autor u.a. von „Entspannt Erziehen“

Übertragung des Vortrags

Ihr Kind schläft normalerweise um diese Zeit? Oder Sie möchten es hin und her tragen oder im Kinderwagen schieben, um es zu beruhigen? Keine Sorge – Sie verpassen den Vortrag nicht: Er wird live in das Foyer des Studienforums sowie ins Elterncafé übertragen.

Eltern-Workshops

Studienhaus, 15.30-17.30 Uhr

Bindung und Intuition

201-162001

Eine sichere Bindung ist das A & O einer positiven kindlichen Entwicklung. Sie erfahren, wie sie entsteht, gefestigt und gefördert wird und welche Verhaltensweisen und Entwicklungsschritte ein sicher gebundenes Kind aufweist. Dabei betrachten wir auch intuitive Verhaltensweisen, machen sie uns bewusster und erfahren, wie sie auf unser Kind wirken.

für Eltern
mit Kindern von 0 bis 3 Jahren

Elisa Kränzler
Kindheitspädagogin

Humor in der Erziehung

201-162002

Im Volksmund heißt es „Humor ist, wenn man trotzdem lacht“. Im erzieherischen Alltag zwischen unterschiedlichsten Verpflichtungen, Bedürfnissen und Herausforderungen kann so eine Einstellung schnell untergehen. Gemeinsam setzen wir uns in diesem Workshop mit Alltagssituationen auseinander und entdecken verschiedene Methoden, wie man mit Humor mehr Gelassenheit in sein tägliches Denken und Handeln integrieren kann.

für Eltern
mit Kindern von 0 bis 6 Jahren

Julia Pauli
Sozialpädagogin

Keine Chance dem Alltagsstress

201-162003

Der Tag einer Familie ist oft voll und sehr hektisch. Wie schaffe ich es trotzdem, zwischendurch bewusst Entspannungspausen zu schaffen, die mich und mein Kind in kurzer Zeit zur Ruhe bringen? Wie kann ich den inneren Stress und Druck so abbauen, dass das überhaupt möglich wird? Was für viele Eltern nur Wunschdenken bleibt, lässt sich einfach in den Alltag einzubauen. Dazu erhalten Sie zahlreiche Tipps.

für Eltern
mit Kindern von 0 bis 6 Jahren

Melanie Meier
B.A. Frühpädagogin,
Erzieherin und Theaterpädagogin

Umgang mit Emotionen

201-162004

Manchmal fühlen wir uns im Familienalltag unseren Emotionen hilflos ausgeliefert. Wir werden von unseren Gefühlen überwältigt und reagieren anders als gewünscht. Wie kann es uns als Eltern und Erziehende gelingen, einen gesunden Umgang mit der eigenen Gefühlswelt zu entwickeln und wie vermitteln wir unseren Kindern einen unbeschwertten Zugang zu ihren Emotionen? Einfache Übungen helfen uns, die eigenen Gefühle zu verstehen und lenken zu lernen.

für Eltern
mit Kindern von 0 bis 6 Jahren

Andrea Riedel
Elternbegleiterin, Dozentin im
Bereich der Familienbildung
und Kindertagespflege

