
Family Support® – liebevoll erziehen

Übersicht der einzelnen Kurseinheiten

Der Elternkurs gliedert sich in zwei Abschnitte, einem sogenannten Grundkurs, der die ersten 4 Termine umfasst, und einem Aufbaukurs (Termin 5 – 8). Zwischen den beiden Kursen liegen mehrere Wochen oder sogar Monate, um die neuen Inhalte Schritt für Schritt in den Alltag integrieren zu können. Abschluss des Kurses bilden Einzelgespräche mit dem/der Elterntainer/in.

Grundkurs

Termin 1: Meine Familie und ich

Der erste Termin des Elternkurses soll einen Überblick über Ziele und Inhalte des Elternkurses „Family Support – liebevoll erziehen“ geben. Die Eltern können sich im ersten Termin kennen lernen und ihre Wünsche an den Elternkurs kundtun. Ist Erziehung erlernbar oder Intuition? Am Anfang steht die liebevolle Haltung – diese gilt es zu entwickeln und zu fördern. Ein weiterer Schwerpunkt ist die Arbeit mit Werten, die ja die Grundlage für die jeweiligen Erziehungsziele darstellen. Welche Tugenden wollen wir fördern? Wo stehen wir und wo wollen wir hin – die erste Überlegung, bevor es ans *wie* geht.

Termin 2: Was beinhaltet liebevolle Erziehung?

Was beinhaltet entwicklungsfördernde, liebevolle Erziehung? Unter diesem Motto steht Termin 2. Zentrales Thema ist die Vorstellung des 5+2-Säulen Modells von Sigrid Tschöpe Scheffler, das den Eltern einen Überblick über eine ausgewogene, entwicklungsfördernde Erziehung geben soll. Erarbeitet wird das Modell unter dem Aspekt der eigenen Familiengeschichte versus den aktuellen Erziehungswünschen.

Termin 3: „Brav sein“ ist schwer*

(* nach dem gleichnamigen Kinderbuch von Marlen Haushofer)

Im dritten Termin geht es um Grenzen und Möglichkeiten in der Erziehung. Eltern lernen zwischen genetischen und gesellschaftlichen Einflüssen zu unterscheiden und werden sich des Einflusses der eigenen Familie auf die



Zielgruppe

Der Family Support® Elternkurs ist für **alle** Familien gedacht, er versteht sich als präventive Maßnahme und hat zum Ziel, die elterliche Erziehungskompetenz zu stärken.

Trainer/innen

Alle Family Support® Elterntainer/innen sind zertifiziert und haben den Wifi Lehrgang erfolgreich abgeschlossen

Konzept Family Support

Wurde 2005 von MMag. Manuela Oberlechner entwickelt, sie war Psychologin, Coach, Lehrbeauftragte an der Universität Bozen und Kolumnistin, Mutter von 3 Söhnen, verheiratet

Erziehung und der eigenen Gestaltungsmöglichkeiten bewusst. Schwerpunkte dieses Kapitels sind ein Überblick möglicher kontraproduktiver Handlungsweisen im Erziehungsalltag und psychologisch-pädagogische Erkenntnisse. Eine Methode zur Selbstbeobachtung soll helfen, mögliche Ursachen problematischer Verhaltensweisen zu erkennen.

Termin 4: Erste Hilfe bei schwierigem Verhalten

Termin 4 behandelt den Umgang mit auftretendem Problemverhalten. Zunächst geht es darum, Problemverhalten als solches zu erkennen und in geeigneter Weise darauf zu reagieren. Mehrere Methoden (z.B. Anweisung geben, Familienregeln, natürliche und logische Konsequenzen, ...) werden vorgestellt und deren Kombination geübt. Ziel ist es, zwischen leichtem und schwerem Problemverhalten unterscheiden zu lernen und eine zur Situation passende Methode (oder Kombination mehrerer) wählen zu können, um gezielt zu handeln und dabei einen liebevollen Umgang mit dem Kind beizubehalten. Diese Methoden verstehen sich als „erste Hilfe in schwierigen Situationen“, sie sind Anregungen, die eine schnelle Verbesserung der Familiensituation zur Folge haben. Das Hauptaugenmerk bleibt aber die Etablierung einer liebevollen pädagogischen Haltung - je mehr die Haltung verinnerlicht wird umso weniger werden konkrete Methoden gebraucht.

Aufbaukurs

Termin 5: Familie als System

Am ersten Kurstag des Aufbaukurses werden die Inhalte des Basiskurses mittels zwischenzeitlich gemachter Erfahrungen reflektiert. In der Folge wird Familie als ein System betrachtet und aus dieser Perspektive die individuelle familiäre Situation mit all den vorhandenen Beziehungen und Beziehungs-Merkmalen einmal anders wahrgenommen. Es geht vertiefend um die systemische Sichtweise von Familie. Welchen Reifeprozess durchlaufen Systemmitglieder und welche Handlungsanforderungen ergeben sich dadurch? Wie können wir als Eltern die Systemprinzipien Ordnung, Zugehörigkeit und Achtsamkeit (nach Kambiz Poostchi) im Familienalltag aktiv implementieren, um das Familienklima zu verbessern? Wie kann Familie als Team funktionieren?

Termin 6: Stärken und Fördern

Termin 6 beschäftigt sich damit, wie wir unsere Kinder stärken und fördern können. Grundlage dieses Termins ist ein Vortrag von Dr. Boglarka Hadinger (Leiterin des Instituts für Logotherapie und Existenzanalyse Tübingen/Wien) zum Thema „Was sind die Kraftquellen unseres Lebens?“ Ein zentraler Punkt ist der Aufbau und Erhalt einer **liebevollen Beziehung** zueinander. Dies geschieht vor allem durch Kommunikation (Vorstellung der Grundkompetenzen in achtsamer Kommunikation) und durch gemeinsames Tun. Ebenso wichtig für die Stärkung von Kindern ist die **Erfahrung von Kompetenz**. Wie können wir unseren



Elternkurs - 4 Kriterien

- 1) Wissen vertiefen
- 2) Austausch mit anderen
- 3) Praktische Anwendbarkeit
- 4) Selbsterfahrung

Zugrundeliegende Erkenntnisse aus den Bereichen

Entwicklungspsychologie, Kommunikationswissenschaft, Verhaltenstherapie, Logopädagogik, Systemtheorie, Lerntheorie, NLP u.v.m.

Organisation des Elternkurses

- 8 Termine á 2 Stunden
- Weiterführende Einzelgespräche
- Elternhandbuch für Notizen und zum Nachlesen inklusive

Kindern neue Fertigkeiten beibringen, sie bestmöglich fördern und sie ermutigen, neues Verhalten zu erlernen?

Termin 7: Kompetenz in schwierigen Situationen

Noch einmal werden in diesem Termin schwierige Situationen mit Kindern zum Thema gemacht, diesmal in Hinblick auf den gesamten Verlauf: WAS ist passiert (Beobachtung schärfen), WARUM ist es passiert (Ursachen finden, welche Ziele verfolgt das Kind) und WIE kann mit der Situation umgegangen werden (wessen Problem ist es, welche Möglichkeiten gibt es, Lösungsfindung). Natürliche und logische Konsequenzen werden ebenso besprochen wie die Wahl der Entscheidung, die dem Kind – je nach Entwicklungsstufe – maximale Eigenverantwortung für sein Verhalten zuspricht.

Termin 8: Tipps und Tricks für den Familienalltag

Das letzte Kapitel widmet sich dem allgemeinen Familienalltag. Neben Tipps und Tricks (z.B. Familienkonferenz, Situationen planen, ...) geht es um unsere Bedürfnisse als Eltern und Lebenspartner. Welche Faktoren beeinflussen unser Erziehungsverhalten? Wie können Eltern auf sich und ihre Wünsche achten? Im letzten Termin sollte zudem noch genügend Zeit bleiben, um anhand von Erfahrungen aus der Praxis die besprochenen Inhalte zu diskutieren.

Ziel- und Ressourcengespräche

Im Anschluss an den Elternkurs gibt es für Eltern drei Mal die Möglichkeit eines Gesprächs unter 4 Augen bzw. eines Telefongesprächs. Der Gesprächsablauf ist dabei standardisiert: Zielformulierung, Ressourcenfindung, Schritte für die Umsetzung, Aufgabe bis zum nächsten Termin. Nach spätestens drei Elterngesprächen sollten die Eltern selbständig in der Lage sein Probleme zu erkennen, ein konkretes Ziel zu formulieren und dieses mithilfe der gelernten Inhalte umzusetzen.

Ziel ist es, Eltern in ihrer Erziehungskompetenz zu stärken

- ✓ durch Hervorheben der eigenen Ressourcen
- ✓ Bewusstmachen der individuellen Wertvorstellungen für die Familie
- ✓ durch Unterstützung in der Umsetzung der gelernten Inhalte

um somit den verantwortungsvollen Erziehungsalltag zu erleichtern und einem kritischem Verlauf vorzubeugen.



Verein Family Support – Verein zur Förderung liebvoller Erziehung und Beziehung

- Ausbildungslehrgänge zum Elterntrainer am Wifi
- Kontinuierliche inhaltliche Weiterentwicklung
- Veröffentlichung und Publikationen
- Unterstützung der Arbeit der Elterntrainer/innen

Weitere Angebote:

- Training für liebevolle Beziehung
- Piccolo® – Qualifizierung zur Kinderbetreuerperson

www.family-support.net