

DATEN

Mittwoch, 24.04.2019
Mittwoch, 01.05.2019
Mittwoch, 08.05.2019
Mittwoch, 15.05.2019

ZEIT

Die Kursabende finden jeweils von 19:30 bis 21:30 Uhr statt.

KURSORT

Praxis für Psychotherapie Sargans
Bahnhofstrasse 6
7320 Sargans

KURSGEBÜHREN

Elternpaar CHF 450.- plus CHF 31.00 Kursmaterial
Einzelperson CHF 300.- plus CHF 31.00 Kursmaterial

ANMELDUNG / WEITERE KURSDATEN UND AUSKÜNFTE

Praxis für Psychotherapie Sargans
Dr. phil. Simona Gagliardi-Keller - lic. phil. Hélène Vanomsen
Bahnhofstrasse 6 - 7320 Sargans
Tel: 081 525 38 00 - Fax: 081 525 38 01
info@praxis-psychotherapie-sargans.ch
www.praxis-psychotherapie-sargans.ch

www.triplep.ch

Praxis für Psychotherapie Sargans



Positive Erziehung: Ein Programm für Eltern mit Kindern (2-12)



ERZIEHUNG POSITIV GESTALTEN

Elternsein ist eine schöne, aber anspruchsvolle Aufgabe. Wie können Kinder zu selbstbewussten, verantwortungsvollen Menschen erzogen werden? Sind unsere Erwartungen altersgerecht? Wie durchbrechen wir negative Verhaltensmuster? Wie bringen wir verschiedene Bedürfnisse unter einen Hut? Solche und ähnliche Fragen werden in diesem Kurs diskutiert. Die Teilnehmenden lernen konkrete Erziehungshilfen kennen und probieren sie zwischen den Kurseinheiten zu Hause aus.

Dieses erprobte Erziehungsprogramm gibt Eltern Anregungen, wie sie die kindliche Entwicklung fördern und eine vertrauensvolle Eltern-Kind-Beziehung aufbauen können. Anhand von konkreten Beispielen aus dem Alltag werden Lösungen für verfahrenere Situationen gesucht und neues Verhalten wird eingeübt.

Der Kurs beinhaltet vier Kurseinheiten sowie vier telefonische Kontakte nach dem Kurs, um das Gelernte im Alltag zu verankern und bei Schwierigkeiten Unterstützung zu erhalten. Das Programm wurde in Australien entwickelt und wird in der Schweiz durch das Institut für Familienforschung und -beratung der Universität Fribourg begleitet.

Das Programm hilft den Eltern,

- die Ursachen von kindlichen Verhaltensproblemen zu erkennen
- ungünstige Erziehungspraktiken durch angemessene und effektive Strategien zu ersetzen
- den Kindern auf konstruktive Art neue Verhaltensweisen zu vermitteln
- den Kindern klare Anweisungen zu geben, Regeln durchzusetzen und feste Grenzen zu ziehen
- schwierige Situationen vorausszusehen

- den Stress reduzieren, der mit der Kindererziehung verbunden ist.

AN WEN RICHTET SICH DER KURS?

Das Programm richtet sich an Mütter und Väter von 2 - 12-jährigen Kindern. Die Teilnehmerzahl ist beschränkt.

DAUER / UMFANG DES KURSES

4 zweistündige Gruppensitzungen über 4 Wochen verteilt, sowie in den folgenden 3 Wochen je ein zwanzigminütiger individueller Telefonkontakt mit den Kursleiterinnen.

WIE WIRD GEARBEITET?

In kleinen Gruppen und angenehmer Atmosphäre haben die Eltern die Möglichkeit, ihre Erfahrungen auszutauschen und Ideen zu diskutieren.

Anhand reichhaltiger Kursunterlagen, dem Video "Überlebenshilfe für Eltern" und den Trainerinnen lernen die Teilnehmenden eine ganze Reihe von Erziehungshilfen kennen. Das Programm ist so aufgebaut, dass die gelernten Strategien die Woche über zu Hause gleich ausprobiert und mit Erfolg angewendet werden können.

An den Kurs schliessen sich persönliche Telefongespräche an, bei denen Sie die Möglichkeit haben, Fortschritte, Fragen und aufgetretene Schwierigkeiten mit der Kursleiterin zu diskutieren.

