



Isolde Werst
Deeskalationstrainerin

- > Gewaltprävention
- > Konstruktive Konfliktlösung
- > Deeskalation von Gewalt und Rassismus

Machen Sie sich für Ihre Familie stark!

Ein Workshop für Eltern in Anlehnung an das Konzept

„Starke Eltern – Starke Kinder®“ des Deutschen Kinderschutzbundes

Das Ziel:

Ziel dieses Workshops ist es, die Kommunikation in der Familie zu verbessern, die Werte für die eigene Familie zu definieren und die eigenen Fähigkeiten zum Verhandeln und Grenzen setzen zu erweitern.

Der Workshop

- > stärkt die erzieherische Kompetenz von Müttern und Vätern
- > hilft, den Familienalltag zu entlasten und das Miteinander zu verbessern
- > zeigt Möglichkeiten auf, Konflikte zu bewältigen und zu lösen
- > bietet Raum zum Nachdenken und zum Austausch mit anderen Müttern und Vätern und
- > zeigt Chancen auf, Freiräume für sich selbst zu schaffen und Kräfte aufzutanken

Die Methode

Die Kursleiterin führt theoretisch in jedes Thema ein und begleitet den Inhalt mit praktischen Übungen wie Rollenspielen, Arbeitsgruppen und Gesprächsrunden.

Die Kursleiterin

- > Isolde Werst ist ausgebildete Kursleiterin für Elternkurse „Starke Eltern – Starke Kinder®“, Diplom-Sozialpädagogin und Trainerin für Seminare und -projekte zur Deeskalation von Gewalt und Rassismus bei der Gewaltakademie Villigst. Sie hat sich fortgebildet in Mediation, Konstruktiver Konfliktbearbeitung und Gewaltfreier Kommunikation nach M. Rosenberg. Frau Werst ist verheiratet und hat eine erwachsenen Tochter.



Isolde Werst
Deeskalationstrainerin

- > Gewaltprävention
- > Konstruktive Konfliktlösung
- > Deeskalation von Gewalt und Rassismus

Starke Eltern, Starke Kinder®

Elternkurs des Deutschen Kinderschutzbundes

So profitieren Eltern und Kinder:

- > Elternkurse stärken das Selbstbewusstsein von Müttern, Vätern und Kindern
- > Elternkurse helfen, den Familienalltag zu entlasten und das Miteinander zu verbessern
- > Elternkurse zeigen Möglichkeiten auf, Konflikte zu bewältigen und zu lösen
- > Elternkurse bieten Raum zum Nachdenken und zum Austausch mit anderen Müttern und Vätern
- > Elternkurse zeigen Ihnen Chancen auf, Freiräume für sich selbst zu schaffen und Kräfte aufzutanken
- > Elternkurse informieren über allgemeine Erziehungsthemen und machen Spaß

Kurskonzept

Familie ist für uns jede Form des Zusammenlebens von Erwachsenen und Kindern, in denen Elternverantwortung wahrgenommen wird und sich verlässliche Beziehungen entwickeln.

Ziel der Elternkurse ist es, Eltern in ihrer Aufgabe zu unterstützen, ihre Fähigkeiten deutlich zu machen und ihre Kräfte (wieder) verfügbar zu machen.

Elternkurse bieten kein Rezept – jede Familie ist einzigartig und verschieden.

Daher ermutigen wir die Eltern nach dem für sie und ihre Familie passenden und besten Weg zu suchen.

Elternkurse tragen dazu bei, Kontakte zu anderen Eltern aufzubauen. Durch den Austausch über die Fragen und die Sorgen zur Entwicklung der Kinder können Beziehungen und Freundschaften auch über die Kursdauer hinaus entstehen.

Inhalt und Dauer

Die Kurse umfassen 8 bis 12 Kurseinheiten und dauern jeweils ca. 2 Stunden. Sie finden entweder vormittags, nachmittags oder abends je nach Absprache mit den TeilnehmerInnen statt. Jeder Abend steht unter einem Thema. Inhalte sind u.a.:

- > Werte- und Erziehungsvorstellungen in der Familie
- > Selbstkenntnis und Festigung der Identität als Erziehende
- > Stärkung von Selbstvertrauen
- > Kommunikationsformen in der Familie
- > Erarbeitung von Lösungsmöglichkeiten für Konfliktsituationen

Die Kurseinheiten schließen mit einer Wochenaufgabe für die Eltern. Sie sollen dadurch das Gelernte im Alltag umsetzen und ggf. mit dem Partner/der Partnerin gemeinsam durchsprechen. Zu den Elternkursen ist im Buchhandel ein Ratgeber „Starke Kinder brauchen Starke Eltern“ von Paula Honkanen-Schoberth erschienen, der an Hand vieler praktischer Beispiele einen Überblick über die Inhalte des Elternkurses bietet.

Wer nimmt teil?

Eingeladen sind alle Eltern, egal wie alt ihre Kinder sind. Es sind ganz normale Mütter, Väter und auch Großeltern, Alleinerziehende, Eltern in Patchwork-Familien und vielen anderen Lebensformen.

Rückmeldungen

- > „Seit dem wir den Elternkurs besucht haben, gibt es viel weniger Stress bei uns.“
Mutter (34), Vater (37), Tochter (8), Sohn (10)
- > „Der Elternkurs hat mir geholfen, die Pubertät meines Sohnes besser zu verstehen.“
Mutter (45) eines Sohnes (15)
- > „Mit Hilfe des Elternkurses kann ich die Trotzattacken meiner Tochter viel besser durchstehen.“
Mutter (24) einer Tochter (3)
- > „Durch den Elternkurs bin ich als Vater jetzt viel bewusster und aktiverer als vorher.“
Vater (42) von zwei Söhnen (7 und 12)
- > „Irgendwie bist du in der letzten Zeit viel besser geworden“
7-jähriger Sohn zu seiner Mutter (35)

Raum, Material, TeilnehmerInnen

Für den Kurs wird ein großer, freundlicher Raum mit Stuhlkreis, einigen Tischen sowie Overheadprojektor und Flip-Chart gebraucht. Die Anzahl der TeilnehmerInnen sollte bei mindestens 10, maximal 16 liegen.

Trainerin: Isolde Werst

- > Trainerin für Seminare und -projekte zur Deeskalation von Gewalt und Rassismus bei der Gewaltakademie Villigst > Fortbildungen in Mediation, Konstruktiver Konfliktbearbeitung und Gewaltfreier Kommunikation nach M. Rosenberg > Diplom-Sozialpädagogin > Mutter einer erwachsenen Tochter