Entspanntes Familienleben. Weniger Stress. Mehr Freude.

Für Eltern mit Kindern von 3 bis 10 Jahren.

Ein entspanntes Familienleben, wer wünscht sich das nicht? Und doch läuft dann manches anders als gedacht! Das ist ganz normal! Aber wohin mit den Fragen?

Im Kurs "Kess-erziehen weniger Stress mehr Freude" können Mütter und Väter von Kindern vom 3. bis zum 10. Lebensjahr Orientierung finden - Stärkung für Eltern und Kinder inklusive.

**Kess** bedeutet: **k**ooperativ, **e**rmutigend, **s**ozial und **s**ituationsorientiert.

Frau Raulfs hat viele tolle Herangehensweisen im Gepäck um Situationen neu zu bewerten, die eigene Kompetenz als Vater und Mutter zu spüren und sich mit anderen Eltern auszutauschen.

An den 5 Abenden  stehen folgende Themen auf dem Programm

- das Kind sehen und seine Verhaltensweisen besser verstehen,

-  angemessen und wirkungsvoll handeln,

- Grenzen respektvoll setzen und Selbständigkeit fördern,

- Konflikte entschärfen und Kooperation fördern.

Das Schöne ist, der Kurs findet digital auf der Plattform "Zoom" statt. Sie können ohne Stress von zu Hause aus teilnehmen, vielleicht sogar als Paar.

Zu dem Kurs gibt ein Begleitheft. Sie finden dort alle Inhalte des Kurses, weitergehende Anregungen und die Möglichkeit, eigene Beobachtungen, Erfahrungen und Vorhaben festzuhalten.

Termin:

22201KES01 Di 25.10. – 22.11.2022

19:30 – 21:45 Uhr // 5 Termine

Kosten: € 60,00 für eine Einzelperson

€ 90,00 für Paare // € 8,00 Kursheft

Referentin: Regina Raulfs

Veranstaltungsort: online per Zoom

Anmeldung: [info@familienbildung-hh.de](mailto:info@familienbildung-hh.de)

Sie finden uns auch im Internet unter: [www.familienbildung-hh.de](http://www.familienbildung-hh.de) und auf Facebook unter: [www.facebook/Kursanmeldung/](http://www.facebook/Kursanmeldung/)