

Das Elternprogramm der Koordinierungsstelle Familienbildung

Mit diesem Bildungsangebot sollen Familien im Landkreis Neumarkt unterstützt werden.
Das Elternprogramm möchte Mütter und Väter ansprechen, die Kinder/Jugendliche im Alter bis zu 18 Jahren haben.
Es richtet sich auch an werdende Eltern, die sich auf eine neue Phase in ihrem Leben vorbereiten wollen.

Wo wird das Elternprogramm angeboten?

Interessierte Eltern (auch Eltern-Kind-Gruppen, Kitas oder Schulen) sollten sich an den KoKi-Beauftragten ihres Wohnortes wenden.
Der KoKi-Beauftragte sammelt alle Wünsche und kann dann konkrete Workshops bei der Koordinierungsstelle Familienbildung buchen.
Workshops finden immer in den jeweiligen Gemeinden direkt statt!

Wie laufen Workshops ab?

Die zweistündigen Workshops beginnen in der Regel abends ab 19 Uhr.
Die ReferentInnen geben zunächst Informationen zum jeweiligen Thema.
Sie beantworten danach individuelle Fragen.
Die Teilnehmerzahl ist auf 16 begrenzt.
Der Workshop ist für Eltern kostenfrei.

Fragen?

Bei Fragen zum Elternprogramm können Sie sich gerne jederzeit an die Koordinierungsstelle Familienbildung wenden:

Koordinierungsstelle Familienbildung

Michaela Bauer (Di bis Do)
09181/470 440
familienbildung@landkreis-neumarkt.de

www.familienbildung-neumarkt.de

Das Elternprogramm wurde von der Koordinierungsstelle Familienbildung gemeinsam mit diesen Netzwerkpartnern zusammengestellt:



Donum Vitae, Staatl. anerkannte Beratungsstelle für Schwangerschaftsfragen



Evangelisches Bildungswerk Neumarkt



Jugendhilfestation Neumarkt



Kath. Erwachsenenbildung im Landkreis Neumarkt



KoKi-Netzwerk frühe Kindheit Neumarkt



Lebenshilfe Neumarkt e.V.



Psychologische Beratungsstelle für Ehe-, Familien- und Lebensberatung



Psychologische Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche

Die Koordinierungsstelle Familienbildung wird gefördert durch:

Bayerisches Staatsministerium für Familie, Arbeit und Soziales



ELTERNPROGRAMM 2020

der Koordinierungsstelle FAMILIENBILDUNG

W1 Wie das Baby mit uns „spricht“

ab Geburt bis 18 Monate

Babys zeigen in stark körperlicher Weise, ob sie angestrengt oder ob sie offen und interessiert sind. Diese sogenannten Feinzeichen der Ab- und Zuwendung erkennen und deuten zu können, hilft Eltern dabei, ihr Baby besser zu verstehen und auf seine individuellen Bedürfnisse reagieren zu können.

W2 Starke Bindung von Anfang an

ab Geburt bis 3 Jahre

Ein Baby im Familiensystem willkommen zu heißen, bedeutet sich auf ein neues Miteinander einzulassen. Gerade in den ersten Phasen tauchen bei Eltern viele Fragen und Unsicherheiten auf? Welche Bedeutung hat die Bindung für die Entwicklung ihres Kindes? Wie können sie eine gute Beziehung von Anfang an herstellen? Und haben auch Eltern in ihrer Rolle als Vater und Mutter noch Platz für ihre eigenen Bedürfnisse? Hierzu gibt der Workshop wichtige Anregungen.

W3 Auch Eltern brauchen Schlaf

ab Geburt bis 3 Jahr

Das Schlafverhalten von Babys und Kleinkindern ist ganz anders als das der Erwachsenen. Die Vermittlung verschiedener Methoden zum schnelleren Ein- und Durchschlafen des Kindes soll helfen, durch diese für alle von Schlafmangel geprägte Zeit besser hindurchzukommen.

W4 Familie-Krippe-Kindergarten – eine Veränderung für alle

ab Geburt bis 3 Jahre

Mit dem Eintritt in die Krippe oder in den Kindergarten beginnt ein neuer Lebensabschnitt für Ihr Kind und auch für Sie als Eltern. Viele Fragen und Gedanken kreisen rund um diese Veränderung. „Wie findet sich mein Kind in der fremden Umgebung und in seiner Gruppe zurecht?“ „Wie gefällt es meinem Kind?“ „Wird mein Kind neue Freunde in der Einrichtung finden?“... Im Workshop bekommen Sie einen Einblick in den Alltag einer KITA und praktische Tipps, worauf es zuhause ankommt, damit für Ihr Kind der Übergang in diese neue Situation entspannt gelingt.

W5 Jungen sind anders. Mädchen auch.

ab Geburt bis 6 Jahre

Haben Mädchen und Jungs die gleichen Bedürfnisse oder unterscheiden sich die Geschlechter bereits in der frühen Kindheit? Sind die Lieblingsfarben eines Mädchens zwangsweise Pink und Glitzer? Machen Jungs automatisch aus jedem Gegenstand eine Pistole, einen Traktor oder einen Hammer? Im Workshop werden Möglichkeiten aufgezeigt, wie Eltern auf die speziellen Bedürfnisse ihres Kindes eingehen können.

W6 Gelassenheit statt Perfektion

ab Geburt bis 8 Jahre

Kinder bringen alles mit auf die Welt, damit sie gut wachsen und sich entwickeln können. Als Eltern sind wir allerdings manchmal etwas ungeduldig, wollen optimieren, zurechtbiegen, anpassen. Sicher ist es wichtig, Orientierung zu geben und Grenzen abzustecken. Ebenso wichtig ist es aber, den Boden für das Wachstum unserer Kinder zu bereiten. Dieser Boden besteht aus Wertschätzung, Vertrauen, Geborgenheit und einer liebevollen Präsenz, die uns spüren lässt, wie es unserem Kind wirklich geht. – Das ist jedoch alles andere als eine leichte Aufgabe. ... Im Workshop erhalten Sie Ideen, Erfahrungen und Erkenntnisse, um mit dieser Aufgabe zu wachsen.

W7 Richtig reagieren bei Fieber & Co.

ab Geburt bis 10 Jahre

Notfälle in Form von kleineren Unfällen oder Krankheit treten im Kindesalter häufig auf. In diesem Kurs werden die notwendigen Maßnahmen hierzu besprochen.

W8 Wege zu einer liebevollen Geschwister-Bindung

ab Geburt bis 16 Jahre

Geschwister lieben sich, Geschwister streiten sich. An diesem Abend wollen wir die Bindungen der Familienmitglieder untereinander betrachten und Anregungen geben, wie Eltern gut mit Konflikten und Rivalitäten der Kinder umgehen können.

W9 Meine, deine, unsere Kinder.

ab Geburt bis 16 Jahre

Immer mehr Familien leben als Patchworkfamilie, auch in den unterschiedlichsten Konstellationen. Dies bedeutet eine Herausforderung für alle Familienmitglieder. Dieser Workshop bietet zwar keine Patentrezepte, wohl aber ein paar wichtige Regeln, die das Zusammenwachsen der Familie erleichtern können.

W10 Familie in Balance

ab Geburt bis 18 Jahre

Jedes Familienmitglied hat seine eigenen Bedürfnisse. Aber wie bekommt jeder, was er braucht? Wie geht das, dass sich keiner benachteiligt fühlt? Was braucht es, damit die Balance gelingt? Ist Zeitmanagement jetzt womöglich unser Hauptthema? Wir schauen gemeinsam, wie im Familienleben Freude und Glück nicht zu kurz kommen.

W11 Oh Trotz lass nach!

1 bis 6 Jahre

Im Trotzalter entdeckt das Kind seinen Willen und will ihn auch seinen Eltern gegenüber durchsetzen. Es entwickelt sich so zu einer eigenständigen Persönlichkeit. An diesem Abend werden Möglichkeiten aufgezeigt, wie Sie Ihr Kind in dieser für alle sehr anstrengenden Phase am besten begleiten können.

W12 Wie viele Medien braucht mein Kind?

3 bis 6 Jahre

Schon auf unsere Jüngsten üben Medien eine große Faszination aus. Wie gefesselt sitzen sie vor dem Fernseher, immer mehr auch vor dem Handy der Eltern. Aber wie viel davon ist gut für mein Kind? Dieser Workshop klärt auf über Medien, wie sie auf Ihr Kind wirken und gibt konkrete Tipps zum Umgang.

W13 Wie viele Medien braucht mein Kind?

6 bis 10 Jahre

Medien bestimmen immer mehr die Freizeit des Kindes – und manchmal auch das Familienleben. Handy und/oder Tablet stehen im Dauereinsatz, dazu kommen noch Computer, Playstation etc. Kennen Sie das auch? Dieser Workshop klärt auf über Medien, wie sie auf Ihr Kind wirken und gibt konkrete Tipps zum Umgang.

W14 Liebevoll erziehen

3 bis 6 Jahre

Wir alle wünschen uns einen harmonischen Familienalltag. Eine gute Balance zwischen Grenzen setzen und dem Gewähren von Freiheit zu finden ist dabei eine große Herausforderung. Im Workshop werden alltagsnahe Beispiele aufgezeigt.

W15 Liebevoll erziehen

6 bis 10 Jahre

Wir alle wünschen uns einen harmonischen Familienalltag. Eine gute Balance zwischen Grenzen setzen und dem Gewähren von Freiheit zu finden ist dabei eine große Herausforderung. Im Workshop werden alltagsnahe Beispiele aufgezeigt.

W16 Keine Angst vor der Angst. Kinderängste verstehen und bewältigen

3 bis 10 Jahre

Ängste gehören zur normalen kindlichen Entwicklung, denn jeder Entwicklungsschritt führt in etwas Neues, bisher nicht Gekanntes oder Gekonntes. Insofern lassen sich Ängste nicht vermeiden, wohl aber erfolgreich überwinden. Auf diesem Hintergrund werden die verschiedenen kindlichen Ängste vorgestellt (z.B. Trennungsängste, Leistungsängste, soziale Ängste) und Möglichkeiten der Angstbewältigung besprochen.

W17 Stress bei den Hausaufgaben - Das muss nicht sein!

5 bis 8 Jahre

Hausaufgaben können für Kinder und Eltern gleichermaßen anstrengend und Kräfte zehrend sein. Alle Kinder, besonders Kinder mit verstärkter Unruhe und Aufmerksamkeitsproblemen, können jedoch mit gezielter Anleitung und Begleitung lernen, die Hausaufgaben leichter zu bewältigen. So kann sich die Familiensituation nach und nach entspannen.

W18 Lachen und Weinen haben ihre Zeit. Wenn Kinder traurig sind.

6 bis 14 Jahre

Seelisches Wohlbefinden steht in einem engen Zusammenhang mit der Fähigkeit, nicht nur positive Gefühle wie Freude und Glück zu erleben, sondern auch negative Gefühle wie Trauer und Niedergeschlagenheit. Manchmal scheinen jedoch die belastenden Gefühle die Oberhand zu gewinnen. Auf diesem Hintergrund soll der Frage nachgegangen werden, wann Kinder Hilfe benötigen bzw. wie Kinder dabei unterstützt werden können, mit ihren Gefühlen zurechtzukommen.

W19 Mein Kind kommt in die Pubertät! – Jetzt schon?

9 bis 12 Jahre

Immer häufiger beginnt die Pubertät früher. Eltern und Kinder werden oftmals von den einsetzenden Veränderungen überrascht. Wie sich Mädchen und Jungen in dieser Zeit selbst erfahren, hat dabei einen großen Einfluss auf ihre gesamte weitere Entwicklung. Im Workshop erfahren Eltern, wie sie ihre Kinder auf diesem wichtigen Weg unterstützen und begleiten können.

W20 Wie umarme ich einen Kaktus?

10 bis 18 Jahre

Das ist die Frage, die sich viele Eltern stellen, wenn die Kinder in die Pubertät kommen. Plötzlich zerbrechen Erziehungskonzepte, ungeahnte Herausforderungen tun sich auf. Was ist nur passiert? Ganz einfach, sagen die Gehirnforscher, der Körper und das Gehirn werden umgebaut. Um auch in dieser Zeit gut im Kontakt zu bleiben, den „Kaktus zu umarmen“ gibt es in diesem Elternkurs viel Interessantes zu entdecken.

Bitte beachten Sie, dass unter dem Titel des jeweiligen Workshops steht, bei welchen Altersstufen der Kinder dieses Thema für Eltern passt.