

# Starke Eltern – Starke Kinder®

## Mehr Freude mit Kindern



### Ein Kursangebot für Eltern von Kindern im Alter zwischen ca. 3 und 10 Jahren

In jeder Familie gibt es Situationen, in denen Eltern Unterstützung bei der Erziehung ihrer Kinder brauchen. Im Elternkurs erweitern Sie Ihre Erziehungskompetenzen und stärken Ihr Selbstvertrauen als Eltern. Sie setzen sich mit folgenden Fragen auseinander:

- Was ist mir in der Erziehung wichtig?
- Wie drücke ich meine Bedürfnisse und Gefühle aus?
- Wie kann ich besser auf mein Kind eingehen und es ermutigen?
- Wie setze ich Grenzen?
- Wie lösen wir Probleme in der Familie?

**Themen im Basiskurs:** Eigene Werte und Erziehungsziele, Bedürfnisse von Eltern und Kindern, Kommunikation und entwicklungsfördernde Verhaltensweisen.

**Themen im Aufbaukurs:** Umgang mit Wut, Grenzen setzen, Phasen der Konfliktlösung und Strategien zur Problemlösung.

**Basiskurs:** Mittwoch, 03./10./17./24. November 2021

Voraussetzung für den Aufbaukurs ist der Besuch eines Basiskurses.

Arbeitsweise: Kurzinputs, Erfahrungsaustausch, Gruppenarbeit, praktische Übungen für den Alltag

Zeit: 19.00 – 21.30 Uhr

Ort: Amthaus Rüti, Amthofstrasse 4, 8630 Rüti

Leitung: **Theresa Eberhard**, Dipl. Sozialarbeiterin/Sozialpädagogin (FH), Systemische Beraterin und Familientherapeutin, Zertifizierte SESK-Kursleiterin

Kosten: je Kurs Fr. 200.– (Paare Fr. 300.–), Mitglieder erhalten eine Reduktion von Fr. 20.–

Anmeldung: Theresa Eberhard, [theresa.eberhard@outlook.com](mailto:theresa.eberhard@outlook.com),  
Telefon 076 680 84 57

**Die Anmeldung ist verbindlich.**

**SCHUTZKOZEPT  
VORHANDEN**

**ÄNDERUNGEN  
VORBEHALTEN**



Versicherung ist Sache der Teilnehmer. Das in den Angeboten des FamilienNetzRüti gemachte Bildmaterial wird bei Bedarf für den Internetauftritt des Vereins verwendet.

[www.familiennetzrueti.ch](http://www.familiennetzrueti.ch)

