HIER SIND WIR VOR ORT

Projekt „Starke Eltern – Starke Kinder®“
Deutscher Kinderschutzbund LV Hamburg e.V.
Sievekingdamm 3 - Platz der Kinderrechte
20535 Hamburg

Telefon: 040 43292746
@ starke.eltern@kinderschutzbund-hamburg.de
www.kinderschutzbund-hamburg.de

Spendenkonto
Postbank Hamburg
IBAN DE63 2001 0020 0001 1462 06
BIC PBNKDEFF200

Dieses Projekt erhält Zuwendungen der Hamburg | Behörde für Arbeit, Soziales, Familie und Integration

Der Kinderschutzbund
Landesverband
Hamburg

Starke Eltern Starke Kinder

ELTERNKURS

STARKE ELTERN – STARKE KINDER®

Der Kinderschutzbund
Landesverband
Hamburg

DKSB_Broschuere_Starke_Eltern_V02.indd 1-2 23.06.20 10:48

MEHR FREUDE – WENIGER STRESS IN DER FAMILIE

Eltern sein ist sehr schön, aber manchmal auch ganz schön anstrengend! Vielleicht fühlen Sie sich in der Erziehung Ihrer Kinder allein gelassen, sind unsicher und glauben, in anderen Familien klappt alles viel besser.

Der Kurs „Starke Eltern – Starke Kinder®“ des Kinderschutzbundes

- stärkt das Selbstvertrauen von Müttern, Vätern und Kindern,
- hilft, das Miteinander zu verbessern,
- zeigt Wege, um Konflikte zu bewältigen und zu lösen,
- bietet Raum für Austausch mit anderen Eltern,
- eröffnet Eltern Chancen, Freiräume für sich selber zu schaffen und Kraft zu tanken.

Der Kurs hilft dabei eine Familie zu sein,

- in der alle gerne leben,
- in der gestritten werden kann, ohne sich gegenseitig zu erniedrigen,
- in der Grenzen respektiert werden und man sich gegenseitig achtet,
- in der Gewalt keinen Platz hat.

AUF DIESE FRAGEN FINDEN SIE ANTWORTEN:

- Was ist wichtig in der Erziehung?
- Was brauchen Kinder?
- Wie kann ich sinnvoll Grenzen setzen?
- Wie kann ich Verabredungen mit meinem Kind treffen, die dann auch eingehalten werden?
- Wie gehe ich mit Gefühlen, z. B. Wut, um?
- Wie bleibe ich auch in Stresssituationen möglichst ruhig?

In 10 bis 12 Kurseinheiten erhalten Sie Informationen, probieren in Übungen Neues aus und sprechen mit anderen Eltern über Ihre Erfahrungen. Mit einer Wochenaufgabe können Sie das Gelernte gleich in Ihrer Familie testen.

Die Kursleitungen sind vom Kinderschutzbund speziell ausgebildet.

Rufen Sie uns an, damit wir Ihnen einen Elternkurs in Ihrer Nähe nennen können.