

## KESS erziehen

KESS durch den Erziehungsdschungel

### Weniger Stress, mehr Freude!

Kinder sollen eigenständig, verantwortungsvoll, kooperativ und lebensfroh groß werden. Eltern suchen deshalb nach Wegen, mit ihren Kindern partnerschaftlich umzugehen, dabei aber auch die notwendigen Grenzen zu setzen.

In diesem Sinne möchten die von der Ehe- und Familienseelsorge Weilheim-Oberland angebotenen KESS-Kurse uns Eltern anregen, kooperativ, ermutigend, sozial und situationsorientiert – also „kess“ – zu erziehen.



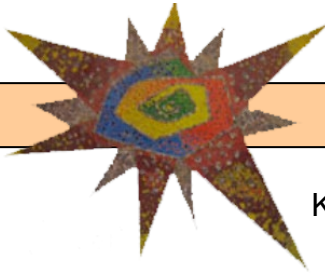
### Eltern-Kind-Mechanismen aufdecken

Hier steht keine Super-Nanny und sagt einem, was man tun und lassen soll. Vielmehr geht es darum, beispielsweise anhand von Übungen am eigenen Leib zu spüren, wie sich das Gegenüber fühlt, wenn man auf eine bestimmte Weise reagiert, und welche Kettenreaktionen dies auslösen kann.

Welche Mechanismen in der Kind-Eltern-Beziehung wie wirken, wird uns Eltern in den KESS-Kursen mit Aha-Effekt vorgeführt. Sie wollen erreichen, dass wir als Eltern:

- das Kind sehen und seine sozialen Grundbedürfnisse achten,
- seine Verhaltensweisen verstehen und angemessen reagieren,
- Kinder ermutigen und die Folgen des eigenen Handelns zumuten,
- Konflikte entschärfen und Probleme lösen und
- Selbständigkeit fördern und Kooperation entwickeln.

Die zurückhaltend dosierte Theorie, die in Kurs einfließt, ist einfach und verständlich erklärt.



## **KESS erziehen**

KESS durch den Erziehungsdschungel

### **Gelassen reagieren, Edelsteinmomente schaffen**

Im Alltag verhält sich niemand immer so, wie er oder sie eigentlich möchte und es für richtig hält. Doch das bedeutet zum Glück noch lange nicht, dass unsere Kinder sofort das Vertrauen in uns und unsere Liebe verlieren. Denn es sind nicht einzelne Gelegenheiten, die prägen – der Alltag ist entscheidend.

Und solange der Grundtenor stimmt, können Kinder ganz gut mit den Schwächen der Eltern umgehen. Trotzdem – ein wenig Unterstützung können wir Eltern oft gebrauchen. KESS empfiehlt deshalb zum Beispiel, sogenannte “Edelstein-Momente” zu schaffen, die das Miteinander in der Familie fördern, respektvollen Umgang miteinander zu wahren, die Selbstverantwortung des Kindes fördern, zu versuchen, störendes Verhalten besser zu verstehen, gelassener zu reagieren, notwendige Grenzen durchzusetzen, drohende Konflikte kreativ zu entschärfen und Oasen für sich selbst zu schaffen.

### **Ansprechstelle für Veranstaltungen, Kurse, Anmeldungen und Gebühren**

Ehe- und Familienseelsorge Weilheim-Oberland

Referent Herr Hubert Lüpken,

08191/971656,

FAX: 08191/971761

efs-weilheim@beziehungleben.de

[www.kess-erziehen.de](http://www.kess-erziehen.de)

Von dort aus wird auch ein KESS-Kurs „Pubertät“ angeboten!