



Starke Eltern – Starke Kinder

Mehr Freude mit Kindern

Als Mutter oder Vater haben Sie eine schöne, aber anspruchsvolle Aufgabe.

Wir unterstützen Sie beim Begleiten Ihrer Kinder. **Starke Eltern – Starke Kinder** ist ein Elternkurs, der die anleitende Erziehung befolgt und sich so für eine bedürfnis- und bindungsorientierte und gewaltfreie Begleitung der Kinder einsetzt. Er behandelt im **Basiskurs** folgende Themen:

- Eigene Wert- und Erziehungsziele
- Bedürfnisse von Eltern und Kindern
- Verbesserung der Kommunikation
- Entwicklungsfördernde Verhaltensweisen

Im Anschluss besteht die Möglichkeit, einen SESK-Aufbaukurs zu besuchen. Inhalte des Aufbaukurses: Gefühle/Wut, Grenzen setzen, Strategien zur Konfliktlösung u. a.

Starke Eltern – Starke Kinder unterstützt Sie dabei, eine Familie zu sein,...

- ...in der alle gerne leben
- ...in der Menschen und Grenzen respektiert werden
- ...in der Eltern und Kinder Selbstvertrauen entwickeln können
- ...in der Fähigkeiten zum Verhandeln da sind
- ...in der einander zugehört wird

online über zoom

samstags | 9:00-11:00h

3. | 10. | 17. | 24. Mai

in der astBeratung in Sustenstrasse 5 | 3952 Susten

mittwochs | 19-21:30h

29. Oktober | 12. & 19. November | 3. Dezember

Leitung

Tanja Zuber, zert. Kursleiterin SESK bei Kinderschutz Schweiz, Marte Meo Trainer Plus, Elterncoach IEF, Systemische Beraterin und Familientherapeutin ZSB, Mutter von 3 Kindern

Kosten

Fr. 200.-/ 300.- online alleine/Elternpaar | Fr. 240.-/ 340.- vor Ort alleine/Elternpaar

Infos | Anmeldung

Tanja Zuber, 076 431 66 83, tanja.zuber@astberatung.ch, www.astberatung.ch