

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

montags | 19:30-21:30h

19. & 26. Januar | 2. & 9. Februar 2026

in der astBeratung in Sustenstrasse 5 | 3952 Susten

mittwochs | 19-21:30h

9. & 23. März | 13. & 20. April 2026

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