

Kinder brauchen Antworten
Programmheft



wir helfen weiter



Inhalt

04 Umgang mit Konflikten

10 Alltag und Leben mit Kindern / Erziehung

24 Gesundheit (im ganzheitlichen Sinn) / Sexualität

28 Beziehung, Kommunikation und Partnerschaftlichkeit

35 Entwicklung des Kindes

44 Informationen für Veranstalter:innen

Vorträge und Workshops

„Kinder brauchen Antworten“ bietet kostenlose Vorträge und Workshops für Eltern an. Die Themen sind breit gefächert und drehen sich um das Leben mit Kindern. Unser Ziel ist es, Eltern in ihrem Leben mit Kindern zu stärken.

In unserem Programmheft finden Sie Elternbildungsangebote in Form von Vorträgen (ca. 1,5 Stunden) und Workshops (ca. 3 Stunden). Gegliedert sind Sie nach folgenden Schwerpunkten:

Umgang mit Konflikten

Alltag und Leben mit Kindern / Erziehung

Gesundheit (im ganzheitlichen Sinn) / Sexualität

Beziehung, Kommunikation und Partnerschaftlichkeit

Entwicklung des Kindes

Bitte beachten Sie die Informationen für Veranstalter:innen auf Seite 44.



Umgang mit Konflikten



Edith Viktorin

Edith Viktorin ist eine erfahrene Pädagogin, Familien- und Gruppenarbeiterin sowie Sexualpädagogin. Als Elternbildnerin verfügt sie über jahrzehntelange Erfahrung.

Vortrag

„Ich wollte nie schreien – und jetzt tue ich's doch“

Ein Vortrag für Eltern von Kindern von 0 – 10 Jahren

Wenn einem der Geduldsfaden reißt, raten die einen dazu, tief zu atmen, die anderen bis 10 zu zählen. Wenn das aber nicht hilft? In der Erziehung und Begleitung von Kindern gibt es wunderschöne Momente. Aber kaum jemand bringt uns so an unsere Grenzen und auch darüber hinaus. Oft sind die Gründe in der eigenen Geschichte, im Alltag oder im Beruf zu suchen. Das Kind ist nur der Auslöser, um das Fass zum Überlaufen zu bringen. Welche Möglichkeiten gibt es, Ruhe zu bewahren und gelassener zu reagieren?



Harald Anderle

Harald Anderle ist ein erfahrener Psychologe und Psychotherapeut mit Schwerpunkt auf systemischer Familientherapie. Er leitet seit 15 Jahren therapeutische Gruppen für Kinder aus Suchtfamilien (Kasulino) und berichtet aus der Praxis. Er arbeitet beim Familiendienst des Vorarlberger Kinderdorfes und betreibt eine freie Praxis in Dornbirn.

Vortrag

Wenn ein Elternteil trinkt – Auswirkungen auf die Kinder

Wenn Eltern ein Suchtproblem haben, wirkt sich dies auf die ganze Familie aus: auf den:die Partner:in und nicht zuletzt auf die Kinder. Scham und schlechtes Gewissen der Eltern helfen dem Kind nicht weiter, es braucht Zeit und Geduld, um wieder Vertrauen zu fassen und um eine Sprache für die eigenen Gefühle zu finden. Wie Kinder mit den Problemen in der Familie umgehen, welche Verhaltensmuster sie wählen und wie wir Erwachsene ihnen helfen können, die Erlebnisse gut zu verarbeiten, ist Inhalt dieses Vortrages.



Martin Türtscher

Martin Türtscher ist ein Pädagogischer Berater im Ruhestand und stolzer Vater von fünf Kindern. Er bringt also einen sehr großen Erfahrungsschatz aus seinem beruflichen sowie privaten Leben mit.

Vortrag

Mobbing

Alle Eltern hoffen, dass ihr Kind in der Schule Freunde findet und sich in der Klasse wohlfühlt. Umso größer ist ihre Angst, es könnte zum Opfer von Mobbing werden. Von Mobbing sprechen wir, wenn eine oder mehrere Personen systematisch versuchen, einem anderen Menschen Schaden zuzufügen und Gewinn aus ihrem Machtrausch zu ziehen. Das betroffene Kind ist fast chancenlos und braucht Hilfe von außen. Mobbing vergiftet das Klima in einer Gruppe nachhaltig und erschwert ein fröhliches, freundschaftliches Miteinander.

Doch wie kann Hilfe aussehen? Was wäre ein gutes Vorgehen? Was ist zu bedenken, wenn eine Schule nur mit Druck und Strafe reagiert? Welche Interventionen haben welche Auswirkungen auf das betroffene Kind?

All diesen Fragen wird im Vortrag nachgegangen.

Ziele des Abends:

- Die Eltern können Streit und Mobbing klar unterscheiden. Sie wissen, wie sie vorgehen sollen, wenn ihr Kind von Mobbing erzählt.
- Die Eltern verstehen die besondere Dynamik von Mobbing und entscheiden sich, überlegt zu handeln statt aus dem Affekt.
- Die Eltern werden darin bestärkt, Täterverhalten beim eigenen Kind nicht zu dulden und wirkungsvoll zu intervenieren.



Edith Viktorin

Edith Viktorin ist eine erfahrene Pädagogin, Familien- und Gruppenarbeiterin sowie Sexualpädagogin. Als Elternbildnerin verfügt sie über jahrzehntelange Erfahrung.

Vortrag

Kindern Grenzen setzen – wann und wie?

Ein Vortrag für Eltern von Kindern von 0 – 6 Jahren

Wann ist der richtige Zeitpunkt Nein zu sagen? Grenzen setzen heißt: einen Rahmen abzustecken, Orientierung zu ermöglichen, Schutz und Sicherheit zu geben, ohne autoritär zu sein. Soll ich milder oder strenger sein? Soll ich das Kind führen oder es ausprobieren lassen? Grenzen setzen heißt: Dem Kind einiges zuzutrauen, ihm möglichst viel Freiheit zu lassen, ohne es zu überfordern.



Jacqueline Hollenstein

Jacqueline Hollenstein ist Kindergartenpädagogin und als Klinische- und Gesundheitspsychologin in der ifs Familienberatung tätig. Als Mutter von 3 Kindern bringt sie viel persönliche Erfahrung mit.

Vortrag

Trauer ist dunkelbunt – oder die Suche nach dem Regenbogen, der das Dunkle mit dem Bunten verbindet

Wir sind ab dem Zeitpunkt unserer Zeugung unweigerlich mit dem Tod verbunden und doch scheint die Welt lieber so zu leben, als würde es das Sterben nicht geben. Der Tod ist nach wie vor ein Tabuthema, er ist traurig, schwer und kräfte-raubend.

Trauer ist eine komplexe und tiefgreifende Emotion, die uns alle irgendwann im Leben berührt. Die Verarbeitung von Trauer kann für Kinder besonders herausfordernd sein, da sie oft noch nicht über die nötigen emotionalen Werkzeuge verfügen, um mit Verlust und Schmerz umzugehen.

Gerade im Umgang mit Kindern sind wir bemüht, diese davor zu schützen. Trauer geht nur vorbei, indem man trauert: mal mehr und mal weniger, mal mit Wut, mal einfach nur still, mal mit sich und manchmal braucht es andere dazu ...

In diesem Vortrag werden wir gemeinsam darüber sprechen, wie wir Kinder dabei unterstützen können, ihre Gefühle zu erkennen und zu benennen. Wir werden Wege finden, wie sie ihren individuellen Trauerweg gehen können, um die Zeit des Trauerns besser zu überstehen.

Gleichzeitig möchten wir auch Eltern, Bezugspersonen und Pädagog:innen in ihrer Rolle als Begleiter unterstützen.

Gemeinsam können wir auf die Suche nach dem Regenbogen gehen, der das Dunkle mit dem Bunten verbindet und Kindern helfen, einen gesunden Umgang mit ihrer Trauer zu finden.



Hanna Naphegyi

Hanna Naphegyi arbeitet als dipl. Gesundheits- und Krankenpflegerin bei der Connexia Elternberatung. Zudem gründete sie die Familientankstelle Feldkirch, wo sie als Referentin, Familienberaterin und Entdeckungsraumleiterin tätig ist. Als dreifache Mama kann sie ihr theoretisches Wissen tagtäglich in der Praxis ausleben und kennt die Anforderungen und Herausforderungen des Familienalltags persönlich.

Vortrag

„Starke Gefühle bei Kindern begleiten“

Gerade Wut und (untröstliches) Weinen treibt uns Erwachsene teilweise fast in den Wahnsinn. Diese Gefühle sind schwer auszuhalten und lösen in den meisten von uns Stress, Wut, Unruhe, Panik, usw... aus. Warum das so ist? Weil wir selber in unserer Kindheit wahrscheinlich keine Möglichkeit hatten, diese Gefühle auszudrücken. Durch die Gefühle der Kinder im Heute, werden unausgelebte Gefühle aus unserer Kindheit wieder aufgeweckt. Wie begleite ich ein Kind durch seine Wut oder Traurigkeit? Müssen Eltern dieses Verhalten der Kinder in den Griff bekommen? Gibt es einen Hintergrund dieser Wutanfälle, welche oft durch Nichtigkeiten ausgelöst werden? Was tun, wenn ein Kind weint und sich weder ablenken noch trösten lässt? Und wie verliere ich mich selbst nicht in diesen stressigen Situationen? Diese Fragen und viele weiteren behandle ich in meinem Vortrag. Zudem gibt es Raum für Fragen und Austausch, um eigene Themen aus dem Familienalltag zu besprechen (wenn erwünscht).

Foto: © Nina Bröll



Isabella Außerer

Isabella Außerer ist Elementarpädagogin und Malortdienende nach Arno Stern. Als diplomierte Beziehungscoach und Lebens- sowie Sozialberaterin in Ausbildung und Mutter dreier Kinder bringt sie wertvolle Perspektiven in ihre Tätigkeit als Referentin für pädagogische Themen mit.

Vortrag

Es gibt keine schwierigen Kinder

In Situationen, die uns überfordern, rufen wir unbewusst negativ «erlernte» Muster aus unserer Kindheit ab – in der Beziehung bzw. im Umgang mit unseren Kindern endet dies dann meist in Machtkämpfen und mit Tränen.

Was lässt uns so reagieren und warum eskalieren Situationen im Alltag?

Wie können wir uns selbst erkennen?

Wie gelingt es uns als Eltern, unsere Emotionen zu regulieren?

Wir erfahren die Beantwortung dieser Fragen und finden über uns selbst den Weg zu einer achtsamen Beziehung mit unseren Kindern.

Foto: © Nina Bröll



Isabella Außerer

Isabella Außerer ist Elementarpädagogin und Malortdienende nach Arno Stern. Als diplomierte Beziehungsscoach und Lebens- sowie Sozialberaterin in Ausbildung und Mutter dreier Kinder bringt sie wertvolle Perspektiven in ihre Tätigkeit als Referentin für pädagogische Themen mit.

Vortrag

Wie wir den Alltag ohne Machtkämpfe schaffen

Kinder werden von ihren Gefühlen oft überwältigt und fordern Eltern entsprechend mit damit verbundenen Verhaltensweisen. Doch mit keinem Verhalten wollen uns Kinder absichtlich ärgern. Nein, denn sie sind im Moment des Gefühlsausbruchs einfach nur echt – sie können gar nicht anders. Es gibt keine schwierigen Kinder. Es sind die Situationen im Alltag, die uns fordern und dann überfordern, wenn wir selbst in einem Mangelzustand oder nicht in Verbindung mit uns selbst sind. Eine Eskalation hat immer mit uns selbst zu tun, mit unserem Innersten – und die Kinder sind unser Schlüssel dazu. Wenn wir es als Eltern schaffen, diesem Bewusstsein Heimat in uns zu geben, dann werden sich die Machtkämpfe zwischen uns und unseren Kindern auflösen.

Alltag und Leben mit Kindern / Erziehung



Mag.ª Dr.ª Rebecca Sonnweber

Mag.ª Dr.ª Rebecca Sonnweber ist eine Sprach- und Medienwissenschaftlerin mit Schwerpunkt auf Gender und Körperbilder. Sie ist zudem eine erfahrene Pädagogin und Hatha-Yogalehrerin, die Achtsamkeit in ihrer Arbeit betont.

Vortrag

Entspannte Eltern: Mehr Gelassenheit und Leichtigkeit im Eltern-Alltag

Du sehnst dich nach mehr Freude und Leichtigkeit im Eltern-Alltag?

Du hast den Wunsch nach mehr Zeit und Energie für dich selbst?

In diesem Vortrag erfahren wir, wie wir in herausfordernden Zeiten uns selbst nicht verlieren. Wir bekommen einen neuen Zugang zu unseren Gefühlen und Bedürfnissen und lernen verschiedene praktische und einfach umsetzbare Möglichkeiten des Methodenkoffers kennen, um im Alltag wieder Kraft zu tanken.



Martin Türtscher

Martin Türtscher ist ein Pädagogischer Berater im Ruhestand und stolzer Vater von fünf Kindern. Er bringt also einen sehr großen Erfahrungsschatz aus seinem beruflichen sowie privaten Leben mit.

Vortrag

Hausübungen – Hilfe!

Konflikte rund um die Hausübungen gehören in vielen Familien zum Alltag. Doch sie müssen nicht sein. Wenn jede beteiligte Person ihre eigene Verantwortung wahrnimmt, wird die Sache klarer. Doch was ist die Verantwortung der Eltern, was jene der Schule? Was ist die Aufgabe des Kindes?

In diesem Vortrag lernen Sie, wie Sie Ihren Job als Mama oder Papa oder Lehrperson auch dann gut machen können, wenn das Kind nicht mitspielt. Sie werden verstehen, was sinnvolle Unterstützung ist – und was nicht.

Der Referent geht gerne auf Ihre Fragen ein!

Ziel des Vortrags ist es, Eltern und Lehrpersonen zu zeigen, wie sie die Kinder zu mehr Selbstständigkeit anleiten und die eigene Rolle beim Thema HÜ klarer bestimmen können.



Anna Schweighofer

Anna Schweighofer hat „Bildung und Erziehung in der Kindheit“ studiert und ist Kindergarten- und Sozialpädagogin, Kinderphilosophin, Montessori-pädagogin und freie Lernbegleiterin. Sie arbeitete in verschiedenen internationalen Einrichtungen für Kinder, ist selbstständige Elternbildnerin und zudem Mutter von vier Kindern.

Vortrag

Stressabbau durch Kreativität

Im vollen Alltag von Kindern sind Entspannung und Erholung wichtig, um zur Ruhe zu finden und Stress vorzubeugen.

Wenn Kinder kreativ schaffen können, finden zahlreiche Prozesse im Innern des Kindes statt. Wie sie dabei Stress abbauen, schwierige Situationen bewältigen und entspannen können, erfahren wir in diesem Kurs. Was für Materialien braucht es dafür und wie muss ein Angebot vorbereitet sein, damit es nicht nur zu einem weiteren Termin wird?



Anna Schweighofer

Anna Schweighofer hat „Bildung und Erziehung in der Kindheit“ studiert und ist Kindergarten- und Sozialpädagogin, Kinderphilosophin, Montessori-pädagogin und freie Lernbegleiterin. Sie arbeitete in verschiedenen internationalen Einrichtungen für Kinder, ist selbstständige Elternbildnerin und zudem Mutter von vier Kindern.

Vortrag

Mutige Eltern für starke Kinder

Damit Kinder entspannt sein können, brauchen sie klare Eltern. Viele Eltern sind verunsichert, wie sie ihre Kinder in der Familie erziehen sollen.

Wie kann ich mein Kind stark und klar begleiten und eine liebevolle Führungsrolle in der Familie übernehmen?

Oft fühlen sich Eltern von den vielen aufkommenden Konflikten getrieben und verwirrt. Machen sie etwas falsch?

Wie kann ich meinen Kindern begegnen, wenn ich auf althergebrachte Erziehungsmethoden wie Belohnung und Bestrafung verzichten möchte?

Ein Orientierungsimpuls für Eltern.



Edith Viktorin

Edith Viktorin ist eine erfahrene Pädagogin, Familien- und Gruppenarbeiterin sowie Sexualpädagogin. Als Elternbildnerin verfügt sie über jahrzehntelange Erfahrung.

Vortrag

Kinder brauchen beides: Halt und Freiraum

Ein Vortrag für Eltern von Kindern von 0 – 10 Jahren

Zuwendung, Anerkennung, Schutz und Nähe geben Nestwärme und damit Halt und Geborgenheit. Für die gesunde Entwicklung des Kindes ist dies notwendig. Eltern müssen aber auch loslassen können, um die Selbstständigkeit und das Selbstvertrauen zu fördern. Wie erreiche ich diese Balance zwischen Halt geben und loslassen, zwischen behüten und Freiraum geben?



Lienhard Valentin

Lienhard Valentin ist ein international bekannter Achtsamkeitslehrer, Gestaltpädagoge, zertifizierter MSC-Lehrer (Mindful Self-Compassion) und Buchautor. Er gründete den Arbor Verlag, den Verein „Mit Kindern wachsen“ und die gemeinnützige Arbor Seminare gGmbH.

Vortrag

Freundschaft schließen mit dir selbst

Wir leben nicht nur in Beziehungen mit anderen Menschen, sondern haben auch eine Beziehung zu uns selbst – und die ist häufig alles andere als freundlich. Im Laufe unseres Heranwachsens haben wir die Art und Weise, wie wir von unseren Eltern, Lehrern und anderen Bezugspersonen gesehen wurden verinnerlicht und dies ist nicht immer förderlich für unser Leben. Statt uns zu kritisieren, uns anzutreiben und hart zu uns selbst zu sein, können wir beginnen mit uns selbst Freundschaft zu schließen.

In diesem Seminar stellt Lienhard Valentin Praktiken aus dem MSC Programm (Mindful Self-Compassion = Achtsames Selbstmitgefühl), aus der Achtsamkeitsmeditation und aus dem Modell des IFS (Internal Family Systems = Inneres Familiensystem) vor, die diesen Prozess unterstützen und dabei helfen können, die eigenen negativen Programme zu erkennen und hinter uns zu lassen.



Hanna Naphegyi

Hanna Naphegyi arbeitet als dipl. Gesundheits- und Krankenpflegerin bei der Connexia Elternberatung. Zudem gründete sie die Familientankstelle Feldkirch, wo sie als Referentin, Familienberaterin und Entdeckungsraumleiterin tätig ist. Als dreifache Mama kann sie ihr theoretisches Wissen tagtäglich in der Praxis ausleben und kennt die Anforderungen und Herausforderungen des Familienalltags persönlich.

Workshop

„Bindungsspiele – spielerisch durch den Alltag mit Kindern“

Kinder wissen intuitiv was ihnen gut tut, wie sie sich von Stress und Ängsten entlasten können und welche Themen sie im Spiel aufarbeiten, um sie zu lösen. Oft laden sie uns Erwachsene zu diesen Spielen ein, um die Bindung zu stärken und wieder mehr Leichtigkeit in den Alltag zu bringen. Bindungsspiele sind nährend, verbindend, heilsam und entlastend. Wenn du den Sinn der Bindungsspiele einmal verstanden hast, wirst du viele Spieleinladungen erkennen und leichter annehmen können und somit kräftezehrenden Machtkämpfen aus dem Weg gehen. Außerdem wird dir dieser Workshop achtsame Möglichkeiten zeigen, wie du liebevoll Grenzen setzen kannst ganz ohne Strafen, Drohen oder Belohnungen. Durch das Lachen im Spiel lassen sich viele Situationen entschärfen, das Spielen verbindet und sorgt für mehr Wohlbefinden für alle Beteiligten.

In diesem Workshop erzähle ich über den theoretischen Hintergrund der Haltung der bewussten Elternschaft (Aware parenting). Wir tauchen ein in die Welt der Bindungsspiele mit praktischen Beispielen, gerne auch aus dem eigenen (Familien-) Alltag. Ob es um den Konflikt am Wickeltisch oder die Hausaufgaben-Verweigerung geht, wir gehen diesen Herausforderungen auf den Grund und die Teilnehmenden gehen mit neuen Ideen und hilfreichen Wissen nach Hause – Spaß ist dabei garantiert!



Mag.ª Dr.ª Rebecca Sonnweber

Mag.ª Dr.ª Rebecca Sonnweber ist eine Sprach- und Medienwissenschaftlerin mit Schwerpunkt auf Gender und Körperbilder. Sie ist zudem eine erfahrene Pädagogin und Hatha-Yogalehrerin, die Achtsamkeit in ihrer Arbeit betont.

Vortrag

Achtsamkeit für Kinder: Mit Spielideen und Fantasiereisen durch die vier Jahreszeiten

In den Wäldern und Wiesen des Alpenraumes liegt ein Zauber, der unsere Herzen berührt. In diesem Vortrag erfahren wir, wie wir den natürlichen Jahreskreis und die Natur nutzen können, um Achtsamkeit, Entspannung und Konzentration bei den Kindern zu fördern.

Was sind Beispiele für einfach-umsetzbare und spaßige Alltagsabenteuer draußen in der Natur?

Warum sind Fantasiereisen für Kinder so sinnvoll?

Wie ist eine Fantasiereise aufgebaut und wie leite ich sie an?



Mag.ª Dr.ª Rebecca Sonnweber

Mag.ª Dr.ª Rebecca Sonnweber ist eine Sprach- und Medienwissenschaftlerin mit Schwerpunkt auf Gender und Körperbilder. Sie ist zudem eine erfahrene Pädagogin und Hatha-Yogalehrerin, die Achtsamkeit in ihrer Arbeit betont.

Workshop

Und plötzlich ist alles anders: Alltagsheldin Mama

Mamas sind großem gesellschaftlichem Druck und hartnäckigen Stereotypen ausgesetzt – vom Wunsch, sofort wieder einen scheinbar perfekten Körper zu haben, bis hin zu den endlosen Anforderungen, die an Mamas gestellt werden.

Wie beeinflussen gesellschaftliche Normen und Erwartungen das Selbstbild von Mamas? Welche Möglichkeiten gibt es, um sich von unrealistischen Standards zu lösen und die eigene Individualität und Stärke zu feiern? Wie komme ich zu mehr Balance zwischen den Anforderungen des Mutterseins und den eigenen Bedürfnissen?

In diesem Workshop lernen wir praktische Methoden kennen, um sich im Alltag als Mama selbst zu stärken und die eigenen Bedürfnisse dabei nicht aus den Augen zu verlieren. Lasst uns unsere einzigartigen Reisen als Mamas annehmen und uns als die Alltagsheldinnen feiern, die wir sind!



Manuela Lang

Manuela Lang ist für die Gründung und pädagogische Leitung einer elementarpädagogischen Bildungseinrichtung verantwortlich und in der Familienbegleitung sowie als Elternbildnerin tätig. Sie hat das Aus- und Weiterbildungsinstitut „Unität Habitus“ für Elementarpädagogik und Persönlichkeit gegründet.

Vortrag

Tipps & Tricks im Alltag mit Kindern

„Wie oft muss ich dir noch sagen...!?
Jetzt habe ich es dir schon hundertmal gesagt...!“

Manchmal sind Eltern einfach ratlos, alles gute Zureden, Erklären, Überreden und auch Strafen nützt nichts (mehr). Ist das denn normal oder habe ich etwas falsch gemacht? Welche „Tipps und Tricks“ gibt es für alltägliche Situationen, die einem manchmal den letzten Nerv rauben können?



Lienhard Valentin

Lienhard Valentin ist ein international bekannter Achtsamkeitslehrer, Gestaltpädagoge, zertifizierter MSC-Lehrer (Mindful Self-Compassion) und Buchautor. Er gründete den Arbor Verlag, den Verein „Mit Kindern wachsen“ und die gemeinnützige Arbor Seminare gGmbH.

Vortrag

Die inneren Drachen zähmen

Wir alle kennen sie – die inneren Persönlichkeitsanteile, die uns das Leben immer wieder schwer machen. Unser innerer Perfektionist legt die Latte so hoch, dass sie kaum erreichbar ist – sei es im beruflichen Kontext oder in unserem privaten Umfeld wie dem Leben mit Kindern. Der innere Antreiber lässt uns nicht zur Ruhe kommen und gönnt uns kaum eine Verschnaufpause und unser innerer Kritiker staucht uns zusammen, wenn wir diesen Erwartungen nicht genügen oder wenn uns mal ein Missgeschick passiert. Das Leben ist für die meisten von uns ohnehin nicht gerade leicht und diese inneren Anteile machen es uns noch schwerer. So wird es fast unmöglich in Ruhe abzuwägen, wie wir den Herausforderungen unseres Lebens gelassener begegnen und zu mehr innerem Wohlbefinden und Glück finden können.

In diesem Seminar stellt der erfahrene Achtsamkeitslehrer Lienhard Valentin Wege vor, wie wir unsere inneren Drachen besser verstehen und schließlich zähmen können.



Edith Viktorin

Edith Viktorin ist eine erfahrene Pädagogin, Familien- und Gruppenarbeiterin sowie Sexualpädagogin. Als Elternbildnerin verfügt sie über jahrzehntelange Erfahrung.

Vortrag

Kinder brauchen keine perfekten Eltern

Ein Vortrag für Eltern von Kindern von 0 – 6 Jahren

Die Ansprüche an Eltern sind hoch. Kinder, Familie, Umfeld, Beruf, Freizeit, ... alles soll unter einen Hut gebracht werden, alles soll möglichst perfekt bewältigt werden. Wer das nicht schafft, fragt sich: „Bin ich eine gute Mutter? Bin ich ein guter Vater?“

Perfektion in der Erziehung führt dazu, dass Eltern ihre eigenen Bedürfnisse übersehen und das Gefühl bekommen, nicht gut genug zu sein. Perfektion führt zu Überlastung, Unzufriedenheit mit sich selbst und kann krank machen. Darunter leiden auch Beziehungen.

Kinder brauchen keine Supermütter oder Überväter, sondern Eltern mit gesundem Hausverstand.



Fabienne Lunardi

Fabienne Lunardi arbeitet bei der SUPRO im Bereich Gesundheitsförderung & Prävention. Sie ist Sonderkindergartenpädagogin, Frühförderin und studiert Soziale Arbeit.

Vortrag

Digitale Medien – Faszination, Herausforderung & Chance

**Vortrag für Eltern/Bezugspersonen,
Altersgruppe 0 – 10 Jahre**

Digitale Geräte wie Smartphones, Smart TVs, Tablets etc. sind heute aus dem Alltag nicht mehr wegzudenken. Kein Wunder also, dass digitale Medien für Kinder schon sehr früh einen großen Stellenwert einnehmen. Zusätzlich üben diese Geräte mit ihren vielfältigen Funktionen eine beinahe unheimliche Faszination auf Kinder und Jugendliche aus und es ist immer wieder eine Herausforderung sie davon wegzubringen. Nicht selten gewinnt man den Eindruck, dass sie regelrecht nach diesen Geräten „süchtig“ sind.

Folgende Themen werden im Vortrag aufgegriffen:

- Was ist noch ok und wann wird es problematisch?
- Was macht digitale Medien so faszinierend?
- Was können Erwachsene bei der Medienerziehung beachten?

Der Vortrag gibt Hilfestellungen und Antworten für solche und ähnliche Fragen und vermittelt praxisnah, welche Erziehungsgrundsätze zum Tragen kommen und was Erwachsene über einen vernünftigen, selbstbestimmten Umgang mit digitalen Medien wissen sollten.

Bitte bringen Sie zum Vortrag ein digitales Endgerät (z. B. Smartphone) mit.



Mag. Dr. Lea Salis

Mag. Dr. Lea Salis ist Klinische- und Gesundheitspsychologin und arbeitet in der ifs Familienberatung. Sie betreibt außerdem eine eigene Praxis in Bregenz mit dem Schwerpunkt auf Hochsensitivität und Hochbegabung.

Vortrag

Von Traktoren und Orchideen

In diesem Vortrag vertiefen die Eltern ihr Wissen zur Erlebniswelt von Kindern mit einer hohen Wahrnehmungsbegabung oder Hochsensitivität. Dabei lernen die Eltern die Besonderheiten, Chancen und Herausforderungen im schulischen und familiären Alltag dieser Kinder und auch Ideen im Umgang mit dieser Besonderheit kennen.



Tamara Lampl

Tamara Lampl ist Kindergartenpädagogin, hat das Studium der Psychologie und Erziehungswissenschaft mit Zusatzausbildung in Klinischer Psychologie und Gesundheitspsychologie absolviert. Sie arbeitet in der ifs Familienberatung. Als Mutter von zwei Kindern bringt sie viel persönliche Erfahrung mit.

Vortrag

„Mamas / Papas Handy ist spannender als der Teddy“ – Umgang mit Medien

In diesem Vortrag wird es um den Umgang mit Bildschirmmedien (TV, PC, Smartphone, Tablet) in der Familie gehen. Besonders werden wir uns dabei dem Kleinkind- und Kindergartenalter zuwenden und es soll deutlich werden, inwiefern früher Medienkonsum Einfluss auf unsere Kinder nimmt. Neben den Auswirkungen auf die Kinder werden auch Empfehlungen besprochen, die im Erziehungsalltag hilfreich sein können.



Anna Schweighofer

Anna Schweighofer hat „Bildung und Erziehung in der Kindheit“ studiert und ist Kindergarten- und Sozialpädagogin, Kinderphilosophin, Montessoripädagogin und freie Lernbegleiterin. Sie arbeitete in verschiedenen internationalen Einrichtungen für Kinder, ist selbstständige Elternbildnerin und zudem Mutter von vier Kindern.

Vortrag

Hochsensible Kinder und Eltern – Wenn Vieles schnell zu viel wird

Warum sind (nur) wir als Eltern immer so schnell erschöpft?
Warum schreit ausgerechnet mein Baby immer so viel?
Warum bringt mein Kind jede Kleinigkeit aus der Fassung?

Hochsensibilität ist gar nicht so selten, findet aber als Erziehungsthema immer noch zu wenig Beachtung. Dabei kann es von sehr großer Bedeutung sein, um diese Besonderheit zu wissen. Vor allem, wenn es Kinder und Eltern betrifft. Hochsensible nehmen ihre Welt intensiver wahr und kommen somit schnell in Überforderungs- und Erschöpfungszustände. Damit gilt es einen guten Umgang zu finden.



Fabienne Lunardi

Fabienne Lunardi arbeitet bei der SUPRO im Bereich Gesundheitsförderung & Prävention. Sie ist Sonderkindergartenpädagogin, Frühförderin und studiert Soziale Arbeit.

Vortrag

8 Sachen, die Erziehung stark machen

Vortrag für Eltern/Bezugspersonen,
Altersgruppe 0 – 8 Jahre

Wie lange lasse ich mein Kind Bildschirmmedien nutzen?

Wie viel Süßigkeiten darf es essen?

Wie viel und welches Spielzeug soll es haben?

Was tue ich, wenn meinem Kind langweilig ist?

All dies sind Fragen, mit denen Eltern laufend konfrontiert sind. Dabei wird oftmals vergessen, dass diese materiellen Dinge für die Entwicklung der Kinder nicht entscheidend sind. Es geht vielmehr darum, mit den Kindern in Beziehung zu bleiben und sie für das Leben „stark zu machen“.

Erziehung kann und soll Kinder in vielerlei Hinsicht unterstützen:

- wir können ihnen die Welt erklären und Orientierung geben
- wir können ihnen zeigen, mit Herausforderungen umzugehen
- wir können ihnen helfen, Lebenskompetenzen zu erwerben
- uvm.

In diesem Vortrag geht es um acht Kernpunkte, die eine „starke Erziehung“ ausmachen und den Kindern dabei helfen, ihre eigenen Stärken zu entfalten.



Lienhard Valentin

Lienhard Valentin ist ein international bekannter Achtsamkeitslehrer, Gestaltpädagoge, zertifizierter MSC-Lehrer (Mindful Self-Compassion) und Buchautor. Er gründete den Arbor Verlag, den Verein „Mit Kindern wachsen“ und die gemeinnützige Arbor Seminare gGmbH.

Vortrag

Freiheit und Grenzen – Was brauchen Kinder wirklich?

Im Leben mit Kindern gab es wohl selten so viele Fragezeichen wie in unserer Zeit.

Brauchen sie mehr Freiheit oder mehr Grenzen?

Mehr Einfühlung oder mehr Disziplin?

Sollte man sie mehr fördern und fordern oder ihnen mehr Zeit lassen Kind zu sein?

Diesen und weiteren Fragen wird Lienhard Valentin anhand seiner langjährigen Erfahrung und Erkenntnissen der aktuellen Gehirn- und Bindungsforschung nachgehen.



Lienhard Valentin

Lienhard Valentin ist ein international bekannter Achtsamkeitslehrer, Gestaltpädagoge, zertifizierter MSC-Lehrer (Mindful Self-Compassion) und Buchautor. Er gründete den Arbor Verlag, den Verein „Mit Kindern wachsen“ und die gemeinnützige Arbor Seminare gGmbH.

Vortrag

Die Kunst, gelassen zu erziehen

„Bis ich Mutter wurde konnte ich in der schönen Illusion leben, ein netter Mensch zu sein.“ Kommt Ihnen das bekannt vor? Eltern zu sein, ist eine große Herausforderung – immer wieder werden wir an unsere Grenzen gebracht und manchmal darüber hinaus. Hinzu kommt die Unsicherheit, wie wir denn nun mit unseren Kindern umgehen sollten. Mehr Geborgenheit und Beziehung oder doch mehr Grenzen und Disziplin? Wie können wir sie auf eine sich immer schneller verändernde Welt vorbereiten, sodass sie den Herausforderungen in ihrem Leben gewachsen sind?

Und wie können wir als Erwachsene gelassener werden und die Freude, die das Leben mit Kindern mit sich bringen kann mehr genießen?

Wie können wir Wege finden, unsere eigenen alten Erziehungsmuster hinter uns zu lassen, zu mehr innerem Gleichgewicht und Frieden zu finden und unsere Kinder einfühlsam ins Leben begleiten?

Diesen und weiteren Fragen wird Lienhard Valentin an diesem Abend auf der Grundlage seiner langjährigen Erfahrung und der aktuellen Gehirn- und Bindungsforschung nachgehen.



Edith Viktorin

Edith Viktorin ist eine erfahrene Pädagogin, Familien- und Gruppenarbeiterin sowie Sexualpädagogin. Als Elternbildnerin verfügt sie über jahrzehntelange Erfahrung.

Vortrag

Erziehen wird immer schwieriger

Ein Vortrag für Eltern von Kindern von 0 – 6 Jahren

Wie entsteht dieser Eindruck?

Ist unser Leben komplizierter geworden?

Eltern wünschen sich für die Zukunft ihrer Kinder nur das Beste. Sie sollen selbstbewusst durchs Leben gehen, erfolgreich sein, Probleme bewältigen können und glückliche Erwachsene werden. All dies ist nicht einfach zu erreichen. Eltern können eine positive Entwicklung ihres Kindes unterstützen und ihm helfen seine eigene Stärke und Persönlichkeit zu entwickeln. Das Wichtigste ist dabei eine zuverlässige, liebevolle Bezugsperson zu sein, die Zuwendung gibt, aber auch Respekt und Struktur fordert.



Harald Anderle

Harald Anderle ist ein erfahrener Psychologe und Psychotherapeut mit Schwerpunkt auf systemischer Familientherapie. Er leitet seit 15 Jahren therapeutische Gruppen für Kinder aus Suchtfamilien (Kasulino) und berichtet aus der Praxis. Er arbeitet beim Familiendienst des Vorarlberger Kinderdorfes und betreibt eine freie Praxis in Dornbirn.

Vortrag

Wie Erziehung gelingen kann – Neue Ansätze für den Alltag mit unseren Kindern

Alte Bilder wie autoritäre oder antiautoritäre Erziehung haben längst ausgedient. Neue Theorien sprechen eine ganz andere Sprache. Aber was ist wirklich dran? Können wir im Erziehungsalltag davon profitieren? Bieten sie Orientierung in einer Zeit, in der wir uns einerseits zwischen so vielen Möglichkeiten entscheiden müssen und andererseits den Kindern Sicherheit vermitteln und Halt geben sollten?

Wie die Theorie der „Neuen Autorität“ die Erziehung revolutioniert und neue Perspektiven eröffnen kann, wird Inhalt dieses Vortrages sein.



Edith Viktorin

Edith Viktorin ist eine erfahrene Pädagogin, Familien- und Gruppenarbeiterin sowie Sexualpädagogin. Als Elternbildnerin verfügt sie über jahrzehntelange Erfahrung.

Vortrag

Machtspiele im Kinderzimmer

Ein Vortrag für Eltern von Kindern von 0 – 10 Jahren

„Ich liebe unser Kind, aber manchmal nervt es ganz schön. Dann weiß ich nicht weiter, fühle mich hilflos und machtlos. Ich frage mich in solchen Situationen: Wer hat das Sagen?“ Erziehung braucht als Basis Einfühlungsvermögen, Wertschätzung und gegenseitigen Respekt. Aber auch die elterliche Autorität. Sie gibt Sicherheit und Klarheit im Umgang mit dem Kind, bedeutet aber nicht Druck und Gewaltausübung, sondern liebevolle Konsequenz. Führungskompetenz hilft schwierige Situationen leichter zu meistern und gibt dem Kind Halt und Orientierung. Es geht um das Wohl des Kindes und das Wohl der Eltern und damit um die Schonung ihrer Nerven.



Edith Viktorin

Edith Viktorin ist eine erfahrene Pädagogin, Familien- und Gruppenarbeiterin sowie Sexualpädagogin. Als Elternbildnerin verfügt sie über jahrzehntelange Erfahrung.

Vortrag

Fördern, ohne zu überfordern

Ein Vortrag für Eltern von Kindern von 0 – 6 Jahren

Fördern Sie Ihr Kind genug? Tun Sie zu wenig - oder zu viel? Mütter und Väter meinen es gut, wenn sie ihr Kind möglichst frühzeitig und optimal auf Leistung, sprachliche Kompetenz und Kreativität trimmen. Dieser Ehrgeiz führt zum Verschwinden der Kindheit und macht allen Beteiligten Druck. Wie kann man diesem Druck entgehen und ohne schlechtes Gewissen sein Kind „Kind sein“ lassen? Was brauchen unsere Kinder wirklich?



Corinna Amann

Die Betriebswirtin Corinna Amann engagiert sich für ein plastikfreies Leben. Seit 2015 lebt sie nahezu ohne Plastik und hält seit 2016 Vorträge zu diesem Thema. 2018 eröffnete sie einen Laden in Satteins für plastikfreie und unverpackte Produkte. Ihr Engagement wurde 2020 mit dem Klimaschutzpreis ausgezeichnet.

Vortrag

Mit der Familie Müll und Geld sparen

Im Vortrag gibt Corinna Amann Tipps und Tricks, wie man mit der Familie Müll und Geld einsparen kann. Sie teilt ihre persönlichen Erfahrungen, wie sie seit 2015 plastikfreier mit ihrer Familie lebt. Sie beleuchtet, wie der Verzicht auf Plastik im Alltag umgesetzt werden kann, von einfachen Tipps für den Einkauf bis hin zu simplen Rezepten für den Alltag im Haushalt. Auch erzählt sie über Herausforderungen, dies alles umzusetzen. Es ist erstaunlich, wie einfach es sein kann auf Einwegplastik zu verzichten!



Corinna Amann

Die Betriebswirtin Corinna Amann engagiert sich für ein plastikfreies Leben. Seit 2015 lebt sie nahezu ohne Plastik und hält seit 2016 Vorträge zu diesem Thema. 2018 eröffnete sie einen Laden in Satteins für plastikfreie und unverpackte Produkte. Ihr Engagement wurde 2020 mit dem Klimaschutzpreis ausgezeichnet.

Workshop

Müll und Geld im Haushalt sparen

Im Workshop werden gemeinsam müllfreie Alltagshelfer gemacht. Diese helfen Plastik und Geld zu sparen. Mit nur wenigen Zutaten können günstige, ökologische Reiniger und Kosmetikartikel selbst hergestellt werden. Ganz ohne Mikroplastik, bedenkliche Inhaltsstoffe, aggressive Tenside oder Konservierungsmittel. Zusätzlich werden Tipps & Tricks für den Haushalt gezeigt. Wir werden gemeinsam Zahnpulver, Trockenshampoo und auch Reiniger und Waschmittel herstellen. Bitte zwei kleine Marmeladegläser und drei große Gurken- oder Honiggläser mitbringen.

Gesundheit
(im ganzheitlichen Sinn) /
Sexualität



Andrea Fercher

Andrea Fercher wirkt seit vielen Jahren als Kräuter- und Wildnispädagogin, Wanderführerin und Kursleiterin in Waldbaden. Ihre Begeisterung zur Natur als auch ihr Wissen um deren heilsame Kraft gibt sie Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen von Herzen weiter. Sie vermittelt das wertvolle Wildkräuterwissen über diese unendlich große Hausapotheke, die direkt vor der Haustüre wächst und zeigt, wie unkompliziert und einfach es ist, Wildkräuter in den Alltag einzubauen.

Workshop

Naturworkshop – Die Kraft der Natur

Wie die Natur die Gesundheit unserer Kinder unterstützt

Bei diesem Workshop gehen wir in die Natur. Sie werden erfahren, dass schon der bloße Aufenthalt in der Natur heilsam auf den Körper und Geist wirkt. Die praktischen Übungen, die Sie an die Hand bekommen, helfen Stress abzubauen und zu entspannen – möglichst einfach, um diese spielerisch an Ihre Jüngsten weiterzugeben.

Spitzwegerich gegen Husten? Brennnessel als Superfood? Oder Harz bei blauen Flecken? Erfahren Sie, welche Superkräfte in unseren grünen Verbündeten stecken und lernen Sie, wie Sie diese erkennen, sammeln und für Ihre Kinder nutzen können. Als Andenken nehmen alle Teilnehmer:innen ein bis zwei Produkte mit nach Hause.



Edith Viktorin

Edith Viktorin ist eine erfahrene Pädagogin, Familien- und Gruppenarbeiterin sowie Sexualpädagogin. Als Elternbildnerin verfügt sie über jahrzehntelange Erfahrung.

Vortrag

Ganz schön aufgeklärt! Was Kinder im Volksschulalter heute über Sexualität wissen sollten ...

Ein Vortrag für Eltern von Kindern von 6 – 10 Jahren

Kinder sind von Natur aus neugierig, sie beobachten genau und suchen nach Erklärungen, sie stellen Fragen und erwarten Antworten. Dies betrifft auch den Bereich Sexualität und Aufklärung. Eltern reagieren oft unsicher: Wann ist es Zeit, ein Kind aufzuklären? Wie finde ich die richtigen Worte? Wie genau beantworte ich Fragen? Wie gehe ich mit sexualisierten Schimpfwörtern um? Wie reagiere ich, wenn mein Kind sich selbst befriedigt? Und wenn sie dann in die Pubertät kommen...? Kinder können von ihren Eltern lernen, offen, selbstbewusst und verantwortungsvoll ihren Körper zu entdecken und damit umzugehen.



Edith Viktorin

Edith Viktorin ist eine erfahrene Pädagogin, Familien- und Gruppenarbeiterin sowie Sexualpädagogin. Als Elternbildnerin verfügt sie über jahrzehntelange Erfahrung.

Vortrag

Mama, war ich auch in deinem Bauch?

Ein Vortrag für Eltern von Kindern im Alter von 0 – 6 Jahren

Kinder sind von Natur aus neugierig, sie beobachten genau und suchen nach Erklärungen, sie stellen Fragen und erwarten Antworten. Dies betrifft auch den Bereich Sexualität und Aufklärung. Eltern reagieren oft unsicher: Wann ist es Zeit, ein Kind aufzuklären? Wie finde ich die richtigen Worte? Wie genau beantworte ich Fragen? Wie gehe ich mit sexualisierten Schimpfwörtern um? Wie reagiere ich, wenn mein Kind sich selbst befriedigt oder bei Doktorspielen? Kinder können von ihren Eltern lernen, offen, selbstbewusst und verantwortungsvoll ihren Körper zu entdecken und damit umzugehen.



Barbara Jäger-Schäfer

Barbara Jäger-Schäfer ist eine Diplom-Sozialarbeiterin mit Erfahrung in der soziokulturellen Animation und Sexualpädagogik. Sie engagiert sich auf ihrer Webseite www.seimutig.at für mutige und offene Gespräche über Sexualität.

Vortrag

Doktorspiele und Masturbation bei Kleinkindern (Psychosexuelle Entwicklung bei Kleinkindern)

Vortrag für Eltern und Pädagog:innen von Kindern und Kleinkindern

Doktorspiele gehören für viele Kinder zur natürlichen Entwicklung. Sie entdecken sich, ihren Körper und den anderer Kinder spielerisch. Es hat nichts mit der Sexualität Erwachsener zu tun. Wo sind Grenzen für Eltern und Pädagog:innen und wo muss allenfalls gehandelt werden?

Auch die neuen Themen zu Gender, LGBTIQ*, Vielfalt in Familien sind herausfordernd für eine meist binär denkende Gesellschaft. An diesem Abend bekommen Sie wertvolle Infos und es gibt Gelegenheit, Fragen zu stellen.



Barbara Jäger-Schäfer

Barbara Jäger-Schäfer ist eine Diplom-Sozialarbeiterin mit Erfahrung in der soziokulturellen Animation und Sexualpädagogik. Sie engagiert sich auf ihrer Webseite www.seimutig.at für mutige und offene Gespräche über Sexualität.

Vortrag

Was sollten Kinder in welchem Alter wissen?

(Aufklärung bei Kindern und Jugendlichen sowie Selbstvertrauen stärken und Prävention vor sexueller Gewalt)

Vortrag für Eltern und Pädagog:innen von Kindern und Jugendlichen

Noch nie war es so einfach, Informationen und Erklärungen zu allen Themen zu bekommen wie heute. Trotz dieser Informationsdichte wird mit Kindern und Jugendlichen oft nicht richtig kommuniziert. Ihnen fehlen Ansprechpersonen und realistische Erklärungen zu ihrem Körper, Pubertät, Sex, Verhütung, aber auch Verliebtsein, Beziehungen anfangen/beenden, Konflikte austragen und Schutz vor Übergriffen und Gewalt. Wann sollten also Eltern was mit ihren Kindern besprechen?

Auch die neuen Themen über Gender, LGBTIQ*, Vielfalt in Familien sind herausfordernd für eine meist binär denkende Gesellschaft. An diesem Abend bekommen Sie wertvolle Infos und es gibt Gelegenheit, Fragen zu stellen.



Barbara Jäger-Schäfer

Barbara Jäger-Schäfer ist eine Diplom-Sozialarbeiterin mit Erfahrung in der soziokulturellen Animation und Sexualpädagogik. Sie engagiert sich auf ihrer Webseite www.seimutig.at für mutige und offene Gespräche über Sexualität.

Vortrag

LGBTIQ* und Rollenklischees. Hype oder Wahrheit auch schon bei Kindern?

Vortrag für Eltern und Pädagog:innen von Kleinkindern und Kindern

Die neuen Themen zu Gender, LGBTIQ*, Vielfalt in Familien sind herausfordernd für eine meist binär denkende Gesellschaft. Wie erkennen wir destruktive Rollen und Stereotype, wenn wir eine tolerante Gesellschaft werden wollen? Wie gehen Kinder mit diesen Themen um? Welche Antworten geben wir unseren Kindern, wenn sie Fragen stellen zu diesen scheinbar „neuen“ Themen?

An diesem Abend bekommen Sie wertvolle Infos und es gibt Gelegenheit, Fragen zu stellen.

Beziehung, Kommuni- kation und Partner- schaftlichkeit



Angelika Wischenbart-Galehr

Die Referentin Angelika Wischenbart-Galehr ist eine engagierte Dipl. Gesundheits- und Krankenpflegerin sowie Dipl. Lebens- und Begegnungsscoach, die sich in Ausbildung zur psychosozialen Neuromentaltrainerin und zur psychosozialen Beraterin befindet. Mit ihren Schwerpunkten in Familien- und Elternberatung, Persönlichkeitsentwicklung, Hochsensibilität und Autismus-Spektrum bringt sie nicht nur umfangreiche Fachkenntnisse mit, sondern auch die wertvolle Perspektive einer Mutter von zwei Jungs.

Vortrag / Workshop

„Leitwölfe sein“ – Liebevoller Führung in der Familie

Vortrag und Workshop möglich

Kindern kann nichts Besseres passieren als Eltern, die liebevoll ihre Führungsrolle in der Familie wahrnehmen. Klare Entscheidungen treffen, dabei auch Unpopuläres durchsetzen und zu einem zeitgemäßen Autoritätsverständnis finden.

In diesem interaktiven Workshop/Vortrag wird versucht folgende Frage zu beantworten: „Wie können wir unsere Autorität, Erfahrung und Führung so ausüben, dass die persönliche Integrität jedes Kindes nicht verletzt wird?“

Anhand der Grundwerte von Jesper Juul bietet die Referentin eine Inspiration sowie auch eine Unterstützung, bei der Suche nach der Art von Führungsrolle, die Sie gerne in ihrer Familie leben würden.



Mag.^a Dr.ⁱⁿ Rebecca Sonnweber

Mag.^a Dr.ⁱⁿ Rebecca Sonnweber ist eine Sprach- und Medienwissenschaftlerin mit Schwerpunkt auf Gender und Körperbilder. Sie ist zudem eine erfahrene Pädagogin und Hatha-Yogalehrerin, die Achtsamkeit in ihrer Arbeit betont.

Vortrag

Eltern sein – Paar bleiben: Wie die Liebe zwischen Windel-eimer und Schlafmangel lebendig bleibt

Kinder verändern die Welt, vor allem unsere eigene. Schlafmangel, Überforderung, Stress: Im Alltag mit Kindern passiert es schnell, dass wir Erwachsene selbst und unsere Partnerschaft auf der Strecke bleiben – Zeit zu zweit ist oft Mangelware. In diesem Vortrag stellen wir uns die Frage, wie man es trotz neuer Herausforderungen, fehlenden Freiräumen und Kommunikationsproblemen schafft, die Beziehung lebendig zu halten.

Wie reagieren wir auf gesellschaftliche Vorstellungen vom Eltern-Sein? Wie finden und erhalten wir als Paar gemeinsam Achtsamkeit und Balance zwischen Elternschaft und Partnerschaft?



Heidi Michelin

Heidi Michelin ist eine Psychologische Beraterin/Entwicklerin und Mutter zweier Teenager. Als Seminarleiterin für Wertschätzung und Persönlichkeitsentwicklung sowie als Singer-Songwriterin inspiriert sie Menschen durch ihre kreative und ganzheitliche Herangehensweise.

Vortrag

Die Sprache des Lebens – die Sprache der Liebe

Gewaltfreie Kommunikation als neuen Anker für den gelingenden Alltag

In diesem Vortrag werden wir erforschen, was gewaltfreie Kommunikation für unsere Gemeinschaft bedeutet und welche Haltung dahintersteht. Es ist eine schöne Art als Eltern mit Kindern umzugehen, die viel Leichtigkeit, Beziehung und Verbindung bringt. Wir werden darüber sprechen, warum Menschen oft urteilen und welche Hindernisse wie Moral und Vergleiche uns dabei im Weg stehen.

Ein besonderes Augenmerk legen wir auf die Bedeutung des bewussten Beobachtens und wie dies unsere zwischenmenschlichen Beziehungen stärkt. Wie können wir Kinder dazu ermutigen, ihre eigenen Bedürfnisse zu erkennen und auszudrücken, um so hinter das Verhalten schauen zu können? Doch zuerst sind die Eltern dran, in sich zu schauen. Zudem werden wir die Rolle von Wertschätzung im Alltag beleuchten und die Zusammenhänge zwischen Bedürfnissen, Ärger und Glaubenssätzen aufzeigen. Lassen Sie uns gemeinsam darüber nachdenken, wie wir eine respektvolle und empathische Kommunikation fördern können, um eine positive Entwicklung unserer Kinder zu unterstützen.



Manuela Lang

Manuela Lang ist für die Gründung und pädagogische Leitung einer elementarpädagogischen Bildungseinrichtung verantwortlich und in der Familienbegleitung sowie als Elternbildnerin tätig. Sie hat das Aus- und Weiterbildungsinstitut „Unität Habitus“ für Elementarpädagogik und Persönlichkeit gegründet.

Vortrag

Geschwisterliebe – Geschwisterrivalität

Wie soll ich damit umgehen, wenn meine Kinder immer wieder aus scheinbar unwichtigen Gründen miteinander streiten? Wie entsteht Geschwisterrivalität und was können wir dazu beitragen, dass diese nicht ausartet? Über Gerechtigkeit, Rivalität, das „Richter:in sein“ ...



Jacqueline Hollenstein

Jacqueline Hollenstein ist Kindergartenpädagogin und als Klinische- und Gesundheitspsychologin in der ifs Familienberatung tätig. Als Mutter von 3 Kindern bringt sie viel persönliche Erfahrung mit.

Vortrag

Trennung – Scheidung Siehst du nicht, ich leide auch

Für Eltern von Kindern von 0 – 12 Jahren

Die Trennung von Eltern ist für nahezu alle Kinder eine belastende Situation. Neben dem Schmerz des Auseinanderbrechens der Familie kommen Veränderungen im Alltag und der Verlust des gewohnten Umfelds hinzu. Die familiäre Atmosphäre ist oft angespannt und die Kinder sind mit Konflikten konfrontiert.

Meist nehmen die Eltern in dieser Zeit der Anspannung und dem sich Zurechtfinden im eigenen emotionalen und organisatorischen Chaos die Gefühle und Bedürfnisse der Kinder zu wenig wahr. Wichtig wäre, den Blick der Eltern auf alle Familienmitglieder zu sensibilisieren und deren Bedürfnisse und Gefühle wahrzunehmen. Wir möchten Sie herzlich einladen, an einem Vortrag teilzunehmen, der Sie dabei unterstützen soll, zwischen Paarkonflikten und Elternverantwortung zu unterscheiden.

Gemeinsam werden wir Möglichkeiten erarbeiten, wie Sie Ihre Kinder im Trennungsprozess besser unterstützen können und neue Familienbeziehungen positiv gestalten können. Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme und den Austausch mit Ihnen.



Edith Viktorin

Edith Viktorin ist eine erfahrene Pädagogin, Familien- und Gruppenarbeiterin sowie Sexualpädagogin. Als Elternbildnerin verfügt sie über jahrzehntelange Erfahrung.

Vortrag

Wir haben ein Einzelkind

Ein Vortrag für Eltern von Kindern von 0 – 10 Jahren

Ist es deshalb benachteiligt? Vielleicht sogar ein „armes Kind“, einsam oder ein verwöhnter Egoist? Wir haben viele Vorurteile gegenüber Einzelkindern: sie sind überbehütet und sie stehen im Mittelpunkt, sind ichbezogen und können nicht teilen, sie sind altklug und sozial wenig kompetent, sogar verhaltensauffällig. Eben „typisch Einzelkind“? Was heißt es ohne Geschwister aufzuwachsen und nur Erwachsene als Bezugspersonen zu haben? Einzelkinder sind besser als ihr Ruf. Sie verfügen über Stärken, die wir näher beleuchten wollen.



Angelika Wischenbart-Galehr

Die Referentin Angelika Wischenbart-Galehr ist eine engagierte Dipl. Gesundheits- und Krankenpflegerin sowie Dipl. Lebens- und Begegnungsscoach, die sich in Ausbildung zur psychosozialen Neuromentaltrainerin und zur psychosozialen Beraterin befindet. Mit ihren Schwerpunkten in Familien- und Elternberatung, Persönlichkeitsentwicklung, Hochsensibilität und Autismus-Spektrum bringt sie nicht nur umfangreiche Fachkenntnisse mit, sondern auch die wertvolle Perspektive einer Mutter von zwei Jungs.

Workshop

„Bonuseltern“ – Chancen und Herausforderungen für Patchwork-Familien

„Was wir über Patchwork wissen: Es ist nicht einfach. Aber es ist ja in keiner Familie einfach.“ (Jesper Juul)

Auch wenn die Trennung von Eltern für Kinder einen Verlust bedeutet, so kann ein neuer Partner eines Elternteils ein wunderbarer Bonus sein.

In diesem interaktiven Workshop beschäftigen wir uns mit den Herausforderungen des Alltags einer Patchwork-Familie. Inwiefern der Wille zur persönlichen Entwicklung und Konfliktfähigkeit für diese Familien-Form so wichtig ist. Und wie wir unsere eigene Integrität und die aller Familienmitglieder schützen und bestärken können.



Harald Anderle

Harald Anderle ist ein erfahrener Psychologe und Psychotherapeut mit Schwerpunkt auf systemischer Familientherapie. Er leitet seit 15 Jahren therapeutische Gruppen für Kinder aus Suchtfamilien (Kasulino) und berichtet aus der Praxis. Er arbeitet beim Familiendienst des Vorarlberger Kinderdorfes und betreibt eine freie Praxis in Dornbirn.

Vortrag

Patchworkfamilien – Chancen und Risiken

Das Zusammenleben in einer Familie ist schon kompliziert genug, wie schafft man es dann in einer Patchworkfamilie? Die Rollen und Zuständigkeiten sind unklar, Kreativität ist gefragt. Das Miteinander eröffnet ein großes Feld an Problemen aber auch Chancen und Möglichkeiten. Die Familienmitglieder mit unterschiedlicher Geschichte bauen gemeinsam an einer alternativen Form des Zusammenlebens.

Der Referent berichtet aus seiner langjährigen Erfahrung in der Arbeit mit Menschen, die in unterschiedlichsten Familienformen zusammenleben.



Tamara Lampl

Tamara Lampl ist Kindergartenpädagogin, hat das Studium der Psychologie und Erziehungswissenschaft mit Zusatzausbildung in Klinischer Psychologie und Gesundheitspsychologie absolviert. Sie arbeitet in der ifs Familienberatung. Als Mutter von zwei Kindern bringt sie viel persönliche Erfahrung mit.

Vortrag

Geschwister – „Ich hab dich zum Streiten lieb“

In diesem Vortrag wenden wir uns dem Thema Geschwister zu. Nach ein paar allgemeinen Informationen zu Besonderheiten von Geschwisterbeziehungen geht es darum, wie Eltern ihr Kind gut auf die Geburt eines Geschwisterchens vorbereiten können. Anschließend werden Herausforderungen für Eltern mit Umgang mit Geschwisterkindern (Eifersucht, Rivalität, Streit) sowie Anregungen für den Erziehungsalltag besprochen. Dabei kann auch ein Erfahrungsaustausch unter den Eltern stattfinden.



Harald Anderle

Harald Anderle ist ein erfahrener Psychologe und Psychotherapeut mit Schwerpunkt auf systemischer Familientherapie. Er leitet seit 15 Jahren therapeutische Gruppen für Kinder aus Suchtfamilien (Kasulino) und berichtet aus der Praxis. Er arbeitet beim Familiendienst des Vorarlberger Kinderdorfes und betreibt eine freie Praxis in Dornbirn.

Vortrag

Die Bedeutung des Vaters im Leben des Kindes

Der Vater ist durch seine besondere Erziehungshaltung wesentlich an einer gesunden Entwicklung des Kindes beteiligt. Dabei spielt die Zeit, die er mit seinen Kindern verbringt, nicht die Hauptrolle, viel mehr kommt es auf die Qualität der Beziehung zwischen Vater und Kind an. Väter erziehen anders als Mütter und können dadurch eine wichtige Ergänzung bilden, welche es dem Kind erleichtern kann, mit sich und seiner Umwelt positiv umzugehen. Der männliche Zugang des Vaters gibt den Kindern Halt und Vertrauen, um ihren eigenen Weg zu finden.



Angelika Wischenbart-Galehr

Die Referentin Angelika Wischenbart-Galehr ist eine engagierte Dipl. Gesundheits- und Krankenpflegerin sowie Dipl. Lebens- und Begegnungsscoach, die sich in Ausbildung zur psychosozialen Neuromentaltrainerin und zur psychosozialen Beraterin befindet. Mit ihren Schwerpunkten in Familien- und Elternberatung, Persönlichkeitsentwicklung, Hochsensibilität und Autismus-Spektrum bringt sie nicht nur umfangreiche Fachkenntnisse mit, sondern auch die wertvolle Perspektive einer Mutter von zwei Jungs.

Vortrag / Workshop

„Die Kunst Nein zu sagen“ – mit einem guten Gewissen

Vortrag und Workshop möglich

Ein klares Nein ist oft die liebevollste Antwort, die wir geben können. Warum fällt es uns dann oft so schwer?

In diesem interaktiven Workshop/Vortrag versucht die Referentin zu erklären, warum es so wichtig ist, Nein zu sagen. Es handelt davon, wie wichtig es für die Qualität unserer nahen Beziehungen ist, dass wir zu anderen Nein sagen können, weil wir zu uns selbst Ja sagen müssen.

Entwicklung des Kindes



Anna Schweighofer

Anna Schweighofer hat „Bildung und Erziehung in der Kindheit“ studiert und ist Kindergarten- und Sozialpädagogin, Kinderphilosophin, Montessori-pädagogin und freie Lernbegleiterin. Sie arbeitete in verschiedenen internationalen Einrichtungen für Kinder, ist selbstständige Elternbildnerin und zudem Mutter von vier Kindern.

Vortrag

Mein Kind in fremden Händen

Was sind die Chancen aber auch Risiken einer frühen Betreuung für mein Kleinkind?

Wie kann die erste Betreuung außerhalb der Familie gelingen und kann es sein, dass sie manchmal nicht gelingen will?

Was sind die Bedenken, Ängste und Fragen, die sich stellen, wenn unsere Kleinen bald in eine Spielgruppe oder zur Tagesmutter gehen sollen?

Was ist das Beste für mein Kind?

Als Eltern sollten Sie die Entscheidung für eine frühe Außer-Haus-Betreuung sorgfältig treffen. Anschließend können Sie viel für eine gut ablaufende Eingewöhnungszeit tun.

Lassen Sie uns genau hinschauen, was diese neue Situation im Leben Ihrer Familie verändern kann und welche Möglichkeiten Sie haben, damit dieser elementar wichtige Übergang gut gelingen kann.



Edith Viktorin

Edith Viktorin ist eine erfahrene Pädagogin, Familien- und Gruppenarbeiterin sowie Sexualpädagogin. Als Elternbildnerin verfügt sie über jahrzehntelange Erfahrung.

Vortrag

Nein! Ich will! Selber!

Ein Vortrag für Eltern von Kindern von 0 – 3 Jahren

Trotzig oder willensstark, stur oder selbstbewusst? Jeder Tag bringt etwas Neues, laufend wird dazugelernt: Erste Worte, staunen, spielen, gehen, klettern, selbstständig werden. Der Alltag mit einem Kleinkind kann viel Freude bereiten. Es tauchen aber auch Fragen auf, die unsicher machen. Informationen über die Entwicklung der Ein- bis Drei-Jährigen fördern das Verständnis und geben Sicherheit im Umgang mit dem Kind. Der Austausch unter den Teilnehmern kann die täglichen Herausforderungen erleichtern.

Foto: © Nina Bröll



Isabella Außerer

Isabella Außerer ist Elementarpädagogin und Malortdienende nach Arno Stern. Als diplomierte Beziehung-coach und Lebens- sowie Sozialberaterin in Ausbildung und Mutter dreier Kinder bringt sie wertvolle Perspektiven in ihre Tätigkeit als Referentin für pädagogische Themen mit.

Vortrag

Wie Eingewöhnung gelingt

Was, wenn das Kind nicht bleiben will? Stehen Sie vor dem großen Schritt, dass Ihr Kind bald zum ersten Mal eine elementarpädagogische Einrichtung besuchen wird? Oder schon besucht, und die Eingewöhnung gelingt nicht? Dann lassen Sie uns diesen Abschnitt gemeinsam zu einem positiven Erlebnis machen. Denn, die erste Eingewöhnung – begleitet von Gefühlen wie Unsicherheit, Angst, Zweifel oder auch Neugierde, Vorfreude – ist prägend für alle weiteren Übergänge an Institutionen. In dieser Erstphase müssen wir gut verbunden sein: mit uns selbst, mit unserem Kind und der pädagogischen Fachkraft. Jede Unsicherheit von uns Eltern verunsichert auch das Kind. Nur aus der Verbundenheit heraus können unsere Kinder neue Wege gehen. „Nicht Abnabelung, sondern Bindung ist Autonomiefaktor Nummer eins.“ – ein Zitat von André Stern, das mich in der bedürfnisorientierten Pädagogik für die Eingewöhnung begleitet.



Christina Brunner

Als klinische Psychologin, Gesundheitspsychologin sowie Psychotherapeutin mit einem besonderen Fokus auf Kinder, Jugendliche und Familien ist Christina Brunner beim ifs tätig. Als Referentin wird sie wertvolle Einblicke in die psychologischen Aspekte der Kinder-, Jugend- und Familienpsychologie teilen.

Vortrag

Lernen will gelernt sein Wie Eltern ihre Kinder unterstützen können (Volksschulalter)

Wie funktioniert Lernen überhaupt?

Wie motiviere ich mein Kind?

Welche Rahmenbedingungen kann ich zur Verfügung stellen, damit mein Kind Freude am Lernen hat?

Was die (Lern-)Psychologie und die Gehirnforschung darüber wissen und was sich bei Hausübungen und beim Lernen in der Praxis bewährt hat, wird uns an diesem Abend beschäftigen.



Tamara Lampl

Tamara Lampl ist Kindergartenpädagogin, hat das Studium der Psychologie und Erziehungswissenschaft mit Zusatzausbildung in Klinischer Psychologie und Gesundheitspsychologie absolviert. Sie arbeitet in der ifs Familienberatung. Als Mutter von zwei Kindern bringt sie viel persönliche Erfahrung mit.

Vortrag

„Mama, da ist ein Monster unter meinem Bett!“

Angst vor der Dunkelheit, Angst vor dem Alleinsein, Angst vor Blitz und Donner, Angst vor Leistungsversagen ... – Ängste im Kindesalter sind vielfältig und gehören zur Entwicklung eines Kindes dazu. Nach einer kurzen Übersicht über typische Kindheitsängste soll es an diesem Nachmittag/Abend darum gehen, wie Eltern angemessen auf die Ängste ihrer Kinder reagieren und die Kinder bei der Bewältigung unterstützen können. Des Weiteren wird der Unterschied zwischen entwicklungsbedingten Ängsten und Angststörungen, die das familiäre Leben sehr beeinträchtigen können, thematisiert.



Foto: © Nina Bröll

Isabella Außerer

Isabella Außerer ist Elementarpädagogin und Malortdienende nach Arno Stern. Als diplomierte Beziehungskoach und Lebens- sowie Sozialberaterin in Ausbildung und Mutter dreier Kinder bringt sie wertvolle Perspektiven in ihre Tätigkeit als Referentin für pädagogische Themen mit.

Vortrag

Huch, die Angst ist da!

Was tun, wenn sich mein Kind fürchtet und vernünftige Erklärungen nicht helfen. Im Laufe der Entwicklung eines Kindes beschäftigen es die unterschiedlichsten Arten von Ängsten. Dabei ist es wichtig, dass es in der Begleitung unserer Kinder nicht darum geht ihnen alle Ängste und Schwierigkeiten aus dem Weg zu räumen. Wir können unseren Kindern ihre Ängste auch nicht abnehmen, wir können ihnen aber helfen „angstfähig“ zu werden. Dabei ist es notwendig, die Ängste der Kinder ernst zu nehmen und ihnen auch gleichzeitig das Leben mit allen Herausforderungen zu zutrauen. Ein erster Schritt, unserem ängstlichen Kind zu helfen, kann sein, die Angst als das zu betrachten, was sie ist: eine Riesen-Entwicklungschance! Denn wenn eine furchtauslösende Situation bewältigt wurde, wächst die eigene Autonomie und das Gefühl der Selbstwirksamkeit. Und genau hier ist die Co-Regulation von uns Eltern gefragt, da übernehmen wir mit unserem Verhalten einen ganz wichtigen Part in der Entwicklung unseres Kindes.



Angelika Wischenbart-Galehr

Die Referentin Angelika Wischenbart-Galehr ist eine engagierte Dipl. Gesundheits- und Krankenpflegerin sowie Dipl. Lebens- und Begegnungsscoach, die sich in Ausbildung zur psychosozialen Neuromentaltrainerin und zur psychosozialen Beraterin befindet. Mit ihren Schwerpunkten in Familien- und Elternberatung, Persönlichkeitsentwicklung, Hochsensibilität und Autismus-Spektrum bringt sie nicht nur umfangreiche Fachkenntnisse mit, sondern auch die wertvolle Perspektive einer Mutter von zwei Jungs.

Vortrag / Workshop

„Ich bin Ok, so wie ich bin“ – Wie Kinder ein gesundes Selbstgefühl entwickeln

Heute wissen wir, ein gesundes Selbstgefühl ist eine wichtige Voraussetzung für das Wohlbefinden von uns Menschen und für unsere Fähigkeit, harmonische Beziehungen zu anderen Menschen einzugehen.

Im Laufe dieses interaktiven Workshops/ Vortrags werden Sie Anregungen bekommen, wie Sie Ihr Kind unterstützen können. Die Begriffe Selbstgefühl, Selbstbewusstsein und Selbstvertrauen werden differenziert. Je eher Sie sich über den Unterschied und Ihre eigenen Ziele bewusst werden, desto größer ist der Gewinn für die ganze Familie.



Manuela Lang

Manuela Lang ist für die Gründung und pädagogische Leitung einer elementarpädagogischen Bildungseinrichtung verantwortlich und in der Familienbegleitung sowie als Elternbildnerin tätig. Sie hat das Aus- und Weiterbildungsinstitut „Unität Habitus“ für Elementarpädagogik und Persönlichkeit gegründet.

Vortrag

Einfühlsamer Umgang mit Wut, Aggression & Sturheit

Schreien, Beißen, Schlagen ... was sind die Hintergründe für dieses Verhalten bei meinem Kind?

Wie kann ich trotzdem aufmerksam und respektvoll mit meinem Kind umgehen, seine Signale verstehen und entsprechend darauf reagieren?

Wie kann ich eine achtsame Kommunikation entwickeln?

Eltern werden hilfreiche Inhalte für diese Phase – manchen auch als die „2-Jahres-Pubertät“ bekannt – vermittelt.



Tamara Lampl

Tamara Lampl ist Kindergartenpädagogin, hat das Studium der Psychologie und Erziehungswissenschaft mit Zusatzausbildung in Klinischer Psychologie und Gesundheitspsychologie absolviert. Sie arbeitet in der ifs Familienberatung. Als Mutter von zwei Kindern bringt sie viel persönliche Erfahrung mit.

Vortrag

Die Gefühlswelt des Kindes – Entwicklung in den ersten Lebensjahren

An diesem Nachmittag/Abend werden wir uns einem Teilbereich der kindlichen Entwicklung – der Entwicklung der Gefühle – näher zuwenden. Damit sich ein Kind gesund entwickeln kann, sollten neben seinen körperlichen Grundbedürfnissen auch seine psychischen Grundbedürfnisse befriedigt werden. Dabei spielen die engsten Bezugspersonen des Kindes eine bedeutende Rolle. Nach einem kurzen Einblick in die Bindungstheorie geht es darum, wie sich der kindliche Ausdruck von Gefühlen ab der Geburt entwickelt. Diese interessanten „Meilensteine der emotionalen Entwicklung“ werden auch anhand von Fotos veranschaulicht. Zum Abschluss wird der Begriff der „emotionalen Kompetenz“ erklärt und es werden Möglichkeiten aufgezeigt, wie diese beim Kind gefördert werden kann.



Jacqueline Hollenstein

Jacqueline Hollenstein ist Kindergartenpädagogin und als Klinische- und Gesundheitspsychologin in der ifs Familienberatung tätig. Als Mutter von 3 Kindern bringt sie viel persönliche Erfahrung mit.

Vortrag

Ablösungsschritte

„Hänschen klein ging allein ...“ –
Für Eltern von Kindern von 4 – 10 Jahren

Kleinere und größere Ablösungsschritte, wie beispielsweise der erste Kindergartenbesuch, erste Übernachtungen bei Freunden oder den Schulweg selbstständig zu meistern sind relevante Etappen im Entwicklungsprozess zu mehr Autonomie und Selbstständigkeit. Zur lebenslangen Entwicklungsaufgabe „selbstständig zu werden und zu sein“ gehört die äußerliche und emotionale Loslösung von den Eltern dazu. Daher sind Eltern und Bezugspersonen aufgefordert, den Kindern adäquate Räume und Experimentiermöglichkeiten zu bieten, um sich zu versuchen. Des Weiteren müssen die Erwachsenen ihnen ein Vertrauen entgegenbringen, ein Zugeständnis an das Kind, dass es dies schaffen kann. In diesem Vortrag bekommen Sie Informationen und Impulse zu diesem wichtigen Entwicklungsschritt und einen möglichen Umgang damit.



Edith Viktorin

Edith Viktorin ist eine erfahrene Pädagogin, Familien- und Gruppenarbeiterin sowie Sexualpädagogin. Als Elternbildnerin verfügt sie über jahrzehntelange Erfahrung.

Vortrag

Mein Sohn – wie tickt er?

Ein Vortrag für Eltern von Kindern von 0 – 6 Jahren

Sind Buben anders, sind sie schwieriger?
Weshalb sind sie oft aggressiver und müssen ihre Stärke beweisen?

Die körperliche und seelische Entwicklung von Buben verläuft etwas anders als bei Mädchen, deshalb haben sie auch andere Bedürfnisse. Wir wollen keine kleinen Machos erziehen – aber auch keine Softies.

Was ist in unserer Zeit wichtig, welche neue Art Mann soll aus unseren Buben werden?



Edith Viktorin

Edith Viktorin ist eine erfahrene Pädagogin, Familien- und Gruppenarbeiterin sowie Sexualpädagogin. Als Elternbildnerin verfügt sie über jahrzehntelange Erfahrung.

Vortrag

Pubertät – Ich bin kein Kind mehr!

Ein Vortrag für Eltern von Kindern von 8 – 14 Jahren

Sie reden und reden, doch Ihr heranwachsendes Kind stellt die Ohren auf Durchzug. Es reagiert mit Motzereien oder zieht sich beleidigt und wortlos zurück. Aus dem pflegeleichten Kind ist ein aufmüpfiger, anstrengender Jugendlicher geworden.

Wie kann ich reagieren und ihn trotzdem erreichen? Für beide, Eltern und Jugendliche, ist es wichtig, im Gespräch, in Kontakt und in Beziehung zu bleiben. Wir versuchen Wege zu finden, wie das gelingen kann.



Angelika Wischenbart-Galehr

Die Referentin Angelika Wischenbart-Galehr ist eine engagierte Dipl. Gesundheits- und Krankenpflegerin sowie Dipl. Lebens- und Begegnungsscoach, die sich in Ausbildung zur psychosozialen Neuromentaltrainerin und zur psychosozialen Beraterin befindet. Mit ihren Schwerpunkten in Familien- und Elternberatung, Persönlichkeitsentwicklung, Hochsensibilität und Autismus-Spektrum bringt sie nicht nur umfangreiche Fachkenntnisse mit, sondern auch die wertvolle Perspektive einer Mutter von zwei Jungs.

Vortrag / Workshop

„Achtung Baustelle Pubertät“ – Gelassen durch stürmische Zeiten!

Als Eltern möchten wir unsere Wertvorstellungen, Meinungen und Ansichten an unsere Kinder weitergeben. Das geht eine Weile, bis die Pubertät einsetzt. Jetzt kommt es auf die Beziehung an.

Wie wir gelassen mit unseren Teenagern durch diese „stürmischen Zeiten“ kommen, damit beschäftigen wir uns in diesem interaktiven Workshop/Vortrag.



Fabienne Lunardi

Fabienne Lunardi arbeitet bei der SUPRO im Bereich Gesundheitsförderung & Prävention. Sie ist Sonderkindergartenpädagogin, Frühförderin und studiert Soziale Arbeit.

Vortrag

So schütze ich mein Kind vor Sucht

**Vortrag für Eltern/ Bezugspersonen,
Altersgruppe 6 – 14 Jahre**

Alle Eltern wollen ihren Kindern gute Startchancen für ein glückliches und erfolgreiches Leben geben.

Doch Eltern werden zunehmend verunsichert, wenn es um ihr erzieherisches Verhalten geht. Auf sie strömen teils widersprüchliche Empfehlungen ein, wodurch die Befürchtung wächst, dass sich den Kindern der Weg in die Suchtentwicklung nur allzu leicht bahnt. Angefangen bei Fernseher, Internet und Computerspielen – später Nikotin und Alkohol usw.

Sucht hat viele Gesichter – Suchtvorbeugung auch!

Die Familie ist der erste Ort, an dem Kinder soziale Erfahrungen machen. Diese ersten Erfahrungen prägen den Menschen ein Leben lang. Für die Entwicklung verschiedener Persönlichkeitsmerkmale wie Selbstvertrauen, Konfliktfähigkeit, Genussfähigkeit und Umgang mit Gefühlen sind die Beziehungserfahrungen mit den Eltern ausschlaggebend.

Dieser Vortrag mit anschließender Diskussion soll dazu beitragen, dass Eltern...

- über Schutzfaktoren und Risikofaktoren informiert sind
- über Möglichkeiten der Vorbeugung in der Familie Bescheid wissen
- die Angst vor diesem Thema verlieren
- in ihrer Kompetenz gestärkt werden
- ihre Kinder bei der Entwicklung eines verantwortungsbewussten und mündigen Umgangs mit Genuss- und Suchtmitteln unterstützen können
- über Suchtmittel und Verhaltenssüchte, Ursachen und die Entstehung von Sucht besser informiert sind
- sich bewusst sind, wie sie reagieren können, wenn ihre Kinder Nikotin, Alkohol bzw. andere psychoaktive Substanzen gebrauchen
- das bestehende Hilfs- und Beratungsangebot kennenlernen

Informationen für Veranstalter:innen

INFORMATIONEN für Veranstalter:innen

Einleitung

Das Elternbildungsangebot „Kinder brauchen Antworten“ bietet kostenlose Vorträge und Workshops für Eltern an. Die Themen sind breit gefächert und drehen sich um das Leben und den Alltag mit Kindern. Unser Ziel ist es, Menschen mit Erziehungsauftrag zu stärken. Veranstalter:innen wie Kinderbetreuungseinrichtungen, Vereine, Bibliotheken usw. können kostenfreie Vorträge und Workshops über uns buchen. Die Moderation, Evaluation wie auch die Abrechnung der Referent:innen erfolgt über „Kinder brauchen Antworten“. Unser Elternbildungsangebot ist den Veranstaltenden gerne bei der Organisation, Abwicklung und Bewerbung ihrer Vorträge und Workshops behilflich.

Themenschwerpunkte

Die Themenschwerpunkte sind vielfältig und im Bereich Elternbildung angesiedelt.

Hier ein Themenüberblick:

- Umgang mit Konflikten
- Alltag und Leben mit Kindern/Erziehung
- Gesundheit (im ganzheitlichen Sinn)/Sexualität
- Beziehung, Kommunikation und Partnerschaftlichkeit
- Entwicklung des Kindes

Unser Programmheft mit den angebotenen Vorträgen und Workshops ist online unter <https://www.ifs.at/familienberatung/kinder-brauchen-antworten.html> abrufbar. Sehr gerne beraten wir bei der Auswahl eines passenden Vortrages oder Workshops. Sollte der:die Veranstalter:in etwas wünschen, was nicht im Programmheft aufgeführt ist, so besprechen wir das miteinander.

Rahmenbedingungen

Dauer der Veranstaltungen

- Ein Vortrag dauert ca. 1,5 Stunden inklusive Diskussionszeit.
- Ein Workshop dauert ca. 3 Stunden.

Mindestteilnehmer:innenzahl

Die Mindestteilnehmer:innenzahl beträgt 6 Personen, die Maximalteilnehmer:innenzahl bei Workshops 12 Personen.

Gestaltung von Werbematerial

Gerne gestalten wir Plakate und Handzettel für die Veranstaltungen, die mit der Post zugesandt werden. Mögliche Größen sind A3, A4, A5.

Gerne wird auch das Logo des:der Veranstalters:in eingearbeitet.

Sollten selbstständig Werbematerialien angefertigt werden oder die Termine in Programmheften angekündigt werden, ist es die Pflicht des:der Veranstalters:in folgende Logos anzugeben und Info hinzuzufügen:

- Logo des Bundes
- Logo des Landes Vorarlberg
- Logo des ifs
- Das Elternbildungsprojekt „Kinder brauchen Antworten“ wird finanziert aus Mitteln des BKA – Sektion Familie und Jugend und dem Land Vorarlberg.

Die Logos werden gerne per E-Mail zugesandt.

Kursbegleitung

Bei jedem Vortrag oder Workshop ist eine Fachkraft des ifs vor Ort, moderiert, unterstützt und führt die Umfrage durch.

Terminbuchung

Die Terminbuchungen erfolgen über das ifs. Der:die Veranstalter:in meldet sich beim „Kinder brauchen Antworten“-Team der ifs Familienberatung mit der Angabe des Wunschthemas und Terminvorschlägen.

Benötigte Angaben für eine Buchungsanfrage:

- Thema (gerne mit vorheriger Beratung)
- Ob es ein Vortrag oder Workshop sein soll
- Referent:in
- 2-3 Terminwünsche (Datum und Uhrzeit)
- Veranstaltungsort (vollständige Adresse)
- Adresse des Veranstalters
- Ansprechperson: Tel. und Email

Weitere benötigte Informationen:

- Plakat / Handzettel? Ja / Nein
Ja: Wenn vorhanden bitte das Logo des Veranstaltenden sowie gewünschte Stückzahl und Größen (A5, A4, A3) angeben.

Die Referent:innen stellen ihr Honorar dem ifs in Rechnung. Dem:der Veranstalter:in entstehen somit keine Kosten für die Referent:innen!

Wichtig: Sollten Sie bereits Kontakt mit einem Referierenden haben, so melden Sie sich bitte für die weitere Abwicklung beim „Kinder brauchen Antworten“-Team.

Verantwortlichkeiten des Veranstalters

- Einhaltung der Mindestteilnehmer:innenzahl (6 Personen)
- Entgegennehmen der Anmeldungen und Führen der Anmeldeliste
- Bei eigenständiger Gestaltung von Werbematerialien: Logos vom Bundeskanzleramt, Land Vorarlberg und ifs Vorarlberg inkl. Infos verwenden! (Diese ggf. anfordern)
- Der erwarteten Teilnehmendenzahl entsprechende Bestuhlung und zur Verfügung stellen von Equipment wie Beamer, Leinwand, Flipchart, Tische für Material wie Laptop, Folder und Bücher.
- Sollte der Termin abgesagt werden (z. B. aufgrund zu weniger Anmeldungen) ist der:die Koordinator:in von „Kinder brauchen Antworten“ sowie der:die Referent:in 2 – 3 Tage vor dem Termin zu verständigen!

Kinder brauchen Antworten
ifs Familienberatung
Dornbirn, Kirchgasse 4b
Telefon 05-1755-530
kba@ifs.at
www.ifs.at

Das Elternbildungsprojekt „Kinder brauchen Antworten“ wird finanziert aus Mitteln des BKA – Sektion Familie und Jugend und dem Land Vorarlberg.



ifs Familienberatung
Institut für Sozialdienste