

Zur Elterngruppe

Kinder bringen uns an unsere Grenzen, immer wieder. Denn kaum eine Beziehung ist so nah wie die zu unseren Kindern, und immer wieder sind wir gefordert, aus der Situation heraus spontan zu handeln und zu reagieren. Dabei gibt es Situationen, in denen wir scheinbar immer wieder in dieselben Muster hineingeraten, etwa wenn wir uns provoziert fühlen, wenn wir gekränkt bzw. wütend sind, weil das Kind uns beschimpft, tritt, schlägt oder beißt, wenn wir hilflos und ohnmächtig dem Kind gegenüber stehen oder wenn Erziehung einfach nur anstrengend ist und wir fast aufgeben wollen oder resignieren.

Wenn wir dann unseren Impulsen folgen, kann das schlimme Folgen für das Kind haben. Doch obwohl wir wissen, dass unser Verhalten nicht hilfreich ist und obwohl wir uns so wünschen würden, anders handeln zu können, kriegen wir es manchmal nicht hin.

Diese Elterngruppe richtet sich an alle Eltern, die sich bereits mit dem Thema Erziehung intensiv beschäftigt haben und theoretisch wissen wie es geht (insbesondere „innehalten“, um Konflikte zu unterbrechen), die aber in der Situation so getriggert werden, dass ihnen das Innehalten (noch) nicht gelingt und dann z.B. ihr Kind

Dieses Angebot richtet sich an Eltern, die theoretisch wissen wie sie gut reagieren könnten, es aber (noch) nicht hinkriegen, obwohl sie sich mit dem Thema bereits beschäftigt haben.

anschreien, hart anpacken oder auch mal die Hand ausrutscht,
etwas ankündigen und es dann doch nicht durchführen, weil es schlichtweg zu anstrengend ist, es gegen den Widerstand des Kindes durchzusetzen, oder etwas Angekündigtes zurücknehmen, weil das Kind ihnen plötzlich doch wieder leid tut,
oder die ständig schimpfen und kritisieren
oder oder oder...

In dieser Elterngruppe wollen wir uns damit beschäftigen

- wofür unsere Reaktionen früher einmal hilfreich gewesen sein könnten,
- wie wir unsere Gefühle als hilfreiche Hinweise für die eigenen Bedürfnisse nutzen können und
- welche Ressourcen wir bereits haben, damit
- wir (hoffentlich) aus den alten Mustern herauskommen und anders auf unsere Kinder reagieren können.

Geht es Ihnen auch so?

- Fragen Sie sich, warum Sie manchmal so reagieren wie Sie es tun und wieso Sie nicht einfach etwas überlegter handeln können?
- Denken Sie im Nachhinein Sie hätten lieber anders reagiert?
- Kennen Sie das? Es macht mich wütend, Das ist mir einfach so herausgerutscht, es hindert mich konsequent zu sein, ich krieg es einfach nicht hin?
- Haben Sie das Gefühl, dass Ihr Handeln manchmal von Ihren Gefühlen so bestimmt wird, dass Sie gar nicht anders können?

Die Elterngruppe „Wieso reagier‘ ich so?“ ist konzipiert für Eltern, die den eigenen Gefühlen und Impulsen auf die Spur kommen und gemeinsam mit und von anderen lernen wollen.

Anmeldung und Fragen?

Wenn Sie Interesse oder Fragen haben, wenden Sie sich gerne (eher per Mail) an:

Maren de Klerk
0721 / 499 06 48
maren.deklerk@gmx.de

Voraussetzungen

- vorherige Beschäftigung mit Erziehung und wie Sie gut reagieren können
- Lust, sich gemeinsam mit anderen Eltern den verschiedenen inneren Impulsen zuzuwenden und verstehen zu wollen, welche inneren Anteile Sie wie immer wieder triggern
- ein Vorabgespräch, damit wir besprechen können, ob die Gruppe passt.
- Bereitschaft zu experimentieren.

Kursleitung

Maren de Klerk ist Dipl.-Psychologin, Systemische Familientherapeutin (SG) und Paartherapeutin (GiPP) mit Fort-/ Weiterbildungen in Traumatherapie, Mediation und Transaktionsanalyse.

Schwerpunkte ihrer Arbeit bilden

- Team- und Leitung coaching
- Einzel-, Familien- und Paartherapien
- Supervisionen
- Fortbildungen (z.B. zu den Themen

Leitung, systemische Gesprächsführung, systemisches Handeln im beruflichen Alltag, Umgang mit Konflikten, Grenzen setzen, Umgang mit verhaltensoriginellen Kindern, Burnout, usw.).

Sie lebt mit ihrem Mann und ihren beiden Söhnen (15 und 17 Jahre) in Karlsruhe.



Wann? (6 Kurseinheiten)

Montags von 10.45 – 12.45 h Live

06.03., 20.03., 03.04., 17.04., 08.05. + 22.05.2023

Montags von 8.30 – 10.30 h Live

17.04., 24.04., Di 02.05., 08.05., 15.05., + 22.05.2023

zusätzliche Termine aufgrund der hohen Nachfrage wie folgt oder auch anders (bitte nachfragen)

Evtl. donnerstags 8.30-10.30 h

Evtl. montags 10.45 – 12.45 h

Ort

voraussichtlich PBS Karlsruhe
Kriegsstraße 78, 76133 Karlsruhe

Kosten?

Die Elterngruppe ist kostenlos

für Eltern in besonderen Lebenssituationen, z.B. Alleinerziehende, getrennt Lebende, Eltern mit kranken, behinderten, pflegebedürftigen Familienmitgliedern, mit Kindern mit besonderen Bedürfnissen, mit Migrationshintergrund, Mehrlingseltern, „Corona-Belastete“ (z.B. durch Ausfälle in den Kindertageseinrichtungen, Home-Schooling o.a.) sowie für erschöpfte, niedergeschlagene und andere Eltern.

Der Kurs wird durch das Ministerium für Arbeit und Soziales unterstützt und aus Mitteln des baden-württembergischen Landesprogramms „STÄRKE“ finanziert.

**Wieso reagier‘
ich immer
wieder so wie
ich lieber nicht
reagiert hätte?**



**für Eltern aus dem
Stadt- und Landkreis
Karlsruhe sowie dem
Landkreis Calw**