



# Resi

## (Über-) leben als Eltern

### Elternseminare zur Prävention und Resilienzförderung in Kindertageseinrichtungen

#### **Liebe Eltern,**

während Ihre Kinder vom RESI-Kinderkurs profitieren, haben Sie die Möglichkeit, an der Elternseminarreihe teilzunehmen. Hier geht es um Sie, um die Stärkung Ihrer eigenen Erziehungspersönlichkeit. Wir möchten nicht nur Ihre Kinder „stark machen“ sondern auch Sie können erleben, wie Sie ihre Stärken und Ressourcen besser entfalten können!

#### **Was macht Eltern stark?**

Eltern suchen zunehmend nach Orientierung im Rahmen vielfältiger Erziehungsfragen, die sich in ihrem Alltag ergeben. Dabei gewinnt der Dialog mit Erzieherinnen zunehmend an Bedeutung. Aber auch das Bedürfnis, sich mit anderen Eltern auszutauschen und Erziehungsferigkeiten abzugleichen und zu verbessern steigt. Dabei sollen die Stärken und Ressourcen jedes Einzelnen und nicht die Defizite im Vordergrund stehen. Auf Grundlage der Ergebnisse der Resilienzforschung wurde dazu die Elternseminarreihe entwickelt, in der die Eltern durch gezielte Anleitung und Unterstützung wichtige Lebens- und Erziehungsbereiche gemeinsam und für sich in ihrem Alltag bearbeiten können.

#### **Was meint Resilienz?**

Der Begriff „Resilienz“ bezeichnet die Fähigkeit, erfolgreich mit belastenden Lebensumständen und Schwierigkeiten umzugehen. Es geht also um die Fähigkeit, sich von schwierigen Lebenssituationen nicht „unterkriegen zu lassen“ oder zu resignieren. Resilienzen werden nicht angeboren sondern können erlernt und erworben werden.

Wir bieten Ihnen 4 Seminare zu Themen an, die Sie sicher interessieren werden:

1. Seminar *Meine Stärken als Eltern*
2. Seminar *(Über-) leben als Eltern*
3. Seminar *Medien und Freizeit*
4. Seminar *Konflikte und Entspannung*

Die Durchführung übernimmt eine Fachreferentin an 4 Terminen zu je 75 Minuten. Pro Woche findet ein Seminar statt. Die Seminare können nur insgesamt gebucht werden.

Teilnehmen können mindestens 8 und höchstens 16 Mütter und Väter.

#### **Kosten**

Die Seminare werden in Zusammenhang mit dem Landesprogramm „Stärke“ und „Stärke plus“ angeboten.

Die Teilnahmegebühr beträgt 50 € für einzelne Teilnehmer/innen und 75 € für Paare. Unter bestimmten Voraussetzungen entfällt eine Teilnahmegebühr.

Wenn Sie interessiert sind, sprechen Sie die Leitung Ihres Kindergartens an!