

# Elternkurs: Starke Eltern – Starke Kinder®

Kinder auf dem Weg zu selbstständigen, verantwortungsbewussten und zufriedenen Menschen zu erziehen, ist eine anspruchsvolle Aufgabe. Viele Mütter und Väter fühlen sich unsicher und überfordert. Der Kurs Starke Eltern – Starke Kinder®, der nun zum ersten Mal in Oftringen angeboten wird, gibt Eltern mehr Sicherheit und trägt zu einem entspannteren Familienalltag bei.



«Nun stochere nicht ständig in deinem Kartoffelstock rum – iss endlich!» «Jetzt komm endlich dein Pyjama anziehen – ich will auch mal Feierabend!» «Ich habe dir doch gesagt, du sollst aufpassen. Jetzt hast du dein frisches T-Shirt ganz mit Glacé verfleckt.» «Hör auf, mit dem Ball in der Wohnung zu spielen!» «Entweder du räumst jetzt dein Zimmer auf, oder es gibt heute Abend kein Fernsehen!» Sätze wie diese gehören zum Erziehungsalltag.

Pfr. Gerster vermittelt keine Patentrezepte. Vielmehr bietet er in vier Kursabenden den Basiskurs und in vier weiteren Abenden den Aufbaukurs «Werkzeuge» an, mit deren Hilfe die Eltern von Kindern zwischen 2 und 12 Jahren in verfahrenen und eskalierenden Situationen besser reagieren können.

Durch den Austausch in der Gruppe erfahren die Kursteilnehmenden, dass auch andere Eltern nicht perfekt sind und sich mit ganz ähnlichen Problemen herumschlagen. Dieses Erkenntnis ist für viele sehr entlastend.

Mit neuen Ideen und gestärktem Selbstvertrauen muten sich die Kursteilnehmenden eher zu Konfliktsituationen zu entschärfen, bevor sie eskalieren. Die Eltern fühlen sich deshalb im Alltag sicherer und entspannter und kommen so weniger an ihre Grenzen. «Der Kurs hat uns sehr bereichert», so lautet denn auch der Tenor der Mütter und Väter, «wir freuen uns wieder über das tolle Gefühl, eine Familie zu sein, in der sich alle wohl fühlen!»

## Datum

### Basiskurs

Do, 24. / 31. August und  
7. / 14. September 2017  
20–22 Uhr im Bistro der  
Reformierten Kirche Oftringen

### Aufbaukurs

Do, 26. Oktober und  
2. / 9. / 16. November 2017

## Kosten inkl. Material

### Basiskurs

Fr. 90.– Paare Fr. 130.–

### Aufbaukurs

Fr. 90.– Paare Fr. 130.–

### Beide Kurse

Fr. 160.– Paare Fr. 220.–

(Reduktion bei Finanzknappheit auf Anfrage)

## Leitung

Dieter Gerster, Pfarrer, Familienvater,  
Fortbildung Notfallpsychologie NNPN,  
zertifizierter SESK-Kursleiter

## Auskunft und Anmeldung

062 797 80 69 | dieter.gerster@gmail.com  
Anmeldeschluss: 13. Juli 2017