

## Ein Kurs für:

- ❖ Starke Eltern
- ❖ Eigenständige, ermutigte, lebensfrohe Kinder
- ❖ Ein achtsames und kooperatives Miteinander in der Familie

Sie sind **Herzlich Willkommen** zum Elternkurs "KESSE erziehen – Weniger Stress. Mehr Freude."

### Ort:

Kita „Kleine Leute – Große Entdecker“,  
Roquettestraße 16,  
011157 Dresden

### Termine:

11.04.2024/ 18.04.2024/ 25.04.2024/  
02.05.2024/ 09.05.2024

Jeweils: 18:30 Uhr bis 21:00 Uhr

## Anmeldung & weitere Infos:

Die **Anmeldung** erfolgt direkt über die Kita „Kleine Leute – Große Entdecker“:

**E-Mail:** [keyssler@dresden.de](mailto:keyssler@dresden.de)

Die Teilnahme ist auf 14 Personen begrenzt!

**Anmeldeschluss** ist der 04.04.2024.

Der Kurs und das dazugehörige Elternhandbuch sind für Sie **kostenfrei**.

### Ihre Referentinnen:

Kathrin Bruckauf (Sozialpädagogin B.A.)  
Anne Süßmilch (Dipl. Pädagogin)

*"Wir können unsere Kinder nicht vor dem Leben schützen. Daher ist es wichtig, dass wir sie darauf vorbereiten."*

(Rudolph Dreikurs)

Diese Maßnahme wird mitfinanziert durch Steuermittel auf der Grundlage des von den Abgeordneten des Sächsischen Landtags beschlossenen Haushaltes.

STAATSMINISTERIUM  
FÜR SOZIALES UND  
VERBRAUCHERSCHUTZ



**Weniger Stress. Mehr Freude.**

Für Väter und Mütter  
von Kindern ab drei Jahren

## DAS ZIEL

Kess-erziehen eröffnet Müttern und Vätern Wege zu einem entspannten und erlebnisreichen Miteinander:

- » durch »Edelstein-Momente« das Familien-Gefühl stärken,
- » respektvoll miteinander umgehen,
- » die Selbstverantwortung des Kindes fördern,
- » störendes Verhalten besser verstehen,
- » gelassener reagieren,
- » notwendige Grenzen durchsetzen,
- » drohende Konflikte kreativ entschärfen,
- » Oasen für sich selbst schaffen.

**»Ich sehe mein Kind bewusster. Dadurch hat sich in unserer Familie viel verändert.«**

Bernd Thelen, Freiburg (41)

## DER WEG

Kess-erziehen wurde von Pädagogen und Psychologen auf der wissenschaftlichen Basis der Individualpsychologie Alfred Adlers entwickelt und praktisch erprobt.

Der Kurs richtet sich an Eltern von Kindern ab drei Jahren. Er knüpft an konkrete Erfahrungen der Teilnehmenden an.

Er umfasst fünf Einheiten

- » Das Kind sehen - soziale Grundbedürfnisse achten.
- » Verhaltensweisen verstehen - angemessen reagieren.
- » Kinder ermutigen - die Folgen des eigenen Handelns zumuten.
- » Konflikte entschärfen - Probleme lösen.
- » Selbstständigkeit fördern - Kooperation entwickeln.

Zu jeder Einheit gehören Informationen über die Entwicklung und die Bedürfnisse von Kindern, kurze Übungen, Demonstrationen, Selbstreflexionen und Anregungen für die Praxis zu Hause.

**»Ich freue mich wieder auf meine Familie.«**

Inge Roll, Hamburg (37)

## DIE HALTUNG

Kess-erziehen vermittelt Vätern und Müttern viele praktische Anregungen für den Erziehungsalltag. Und, noch wichtiger: eine Einstellung, die das Zusammenleben in der Familie erleichtert.

**K wie kooperativ.**

Das heißt: gemeinsam für ein gutes Familienklima sorgen. Regeln verabreden statt diktieren. Konflikte so lösen, dass keiner zu kurz kommt.

**E wie ermutigend.**

Das heißt: sich dem Kind zuwenden, auf seine Stärken schauen, seine Selbstständigkeit fördern. Ihm zumuten, die Verantwortung für sein Handeln zu übernehmen.

**S wie sozial.**

Das heißt: die Bedürfnisse des Kindes nach Zuwendung und Mitbestimmung erfüllen. Und darauf achten, dass es seinerseits die Bedürfnisse der Eltern respektiert.

**S wie situationsorientiert.**

Das heißt: die im Moment gegebenen Bedingungen und die Möglichkeiten berücksichtigen, die bei Mutter und Vater sowie beim Kind vorhanden sind.

**»Ich habe gelernt, auch auf mich zu achten.«**

Susanne Thraut, Berlin (28)



Weitere Informationen: [www.kess-erziehen.de](http://www.kess-erziehen.de)

Das Buch zum Kurs:

**Christof Horst, Kess erziehen. Der Elternkurs.**  
Kreuz Verlag, ISBN 978-3-451-61137-7, 12,99 €

Das Bilderbuch zum Kurs:

**Die Kesse Katharina und Ihre Freunde.**  
Geschichten von Gefühlen und vom Miteinander  
Lahn-Verlag, ISBN 978-3-7840-3471-3, 12,90 €

### Impressum

Herausgeber Familienbund der Katholiken e.V. Landesverband Sachsen  
Hartmannstraße 4 · 02826 Görlitz · [www.familienbund-sachsen.de](http://www.familienbund-sachsen.de)

»Kess-erziehen« wurde im Rahmen eines Projektes der Arbeitsgemeinschaft für katholische Familienbildung AKF e.V. in Kooperation mit dem Familienreferat im Erzbischöflichen Seelsorgeamt Freiburg entwickelt.

Konzeption Christof Horst, Bonn (Projektleitung) · Christine Kulla, Marburg · Erika Maaß-Keibel, Fockbek · Rudolf Mazzola, Freiburg · Regina Raulfs, Hamburg