

# Elterncoaching



## Wie fördere ich ein harmonisches Miteinander in unserem Familienalltag?

Wir alle haben Bilder und Vorstellungen im Kopf, wie wir uns unseren Familienalltag vorstellen. Die Realität sieht dann meist ganz anders aus. Das geht fast allen Familien so! Viele Ratgeber und die Flut an Informationen im Internet erhöhen zwar das theoretische Wissen darüber, wie wir es gerne machen wollen, hilft uns aber in Stresssituationen oft wenig. Wir fallen zurück auf unsere alten Pfade und sind frustriert.

Gemeinsam mit Heidi Klein erarbeiten wir deshalb an drei Abenden Lösungsmöglichkeiten für unseren Familienalltag und probieren diese Zuhause aus. Durch die Abwechslung von Austausch, neuen Lösungsideen und der Umsetzung Zuhause finden wir heraus, welche Wege zu unserer Familie passt, welche uns gut gelingen und wo es noch etwas Übung braucht.

Folgende Themen werden beim Elterncoaching bearbeitet:

- Wie kann ich Liebevoll und klar Grenzen setzen?
- Es gibt Gefühle und Emotionen bei mir und bei meinem Kind! Wie gehe ich damit um?
- Wie bleib ich bei mir und in meiner Kraft?
- Konflikte auflösen durch bedürfnisorientiertes Denken!
- Kontakten – Kooperieren – Beteiligen - Gewusst wie?

Heidi Klein ist bekannt für ihr Einfühlungsvermögen und ihren Erfahrungsschatz zu einem wertschätzenden und liebevollen Miteinander.



Möchtest du dich auch auf die Suche nach Lösungen für ein harmonisches Miteinander machen? Dann melde dich verbindlich bis Montag, den 12.02.2024 über [fsp.illesheim@elkb.de](mailto:fsp.illesheim@elkb.de) an!

**Wann?**

Dienstag, 20.02.2024

Dienstag, 05.03.2024

Dienstag, 19.03.2024

Wir starten immer um 19.30 Uhr (ca. 2 Stunden pro Einheit)

**Wo?:**

Schneiderscheune, Spitalwall 16, 91483 Bad Windsheim

**Unkostenbeitrag:**

50 €

*Die Veranstaltung findet ab 10 Teilnehmer\*innen statt.*

