

# STÄRKE

**Termine:** 5 Termine  
je 2,5 Stunden  
18:00 – 20:30 Uhr

**Teilnehmer:** mindestens 6 Teilnehmer  
max. 12 Personen  
gerne auch Paare

**Kosten:** Der Kurs und das  
dazugehörige Eltern-  
handbuch ist kostenfrei

**Leitung:** Nicole Milkau-Schautd  
Sozialpädagogin,  
Familientherapeutin  
Kess Trainerin

Wenn wir Ihr Interesse geweckt haben,  
rufen Sie uns an und fragen nach,  
wann der nächste Kurs stattfindet.

**Anmeldung und Information bei:**

Caritasverband für das Dekanat  
Sigmaringen-Meßkirch e.V.  
Erziehungsberatungsstelle  
Fidelisstr. 1, 72488 Sigmaringen  
Tel.: 07571-730160  
[erziehungsberatung@caritas-sigmaringen.de](mailto:erziehungsberatung@caritas-sigmaringen.de)

## Kess-erziehen

**Ein Kurs für Eltern die mehr wollen!**

Geht das: Kinder erziehen ohne zu Schimpfen, und laut zu werden?  
Ohne sich in eine endlose Kette von Konflikten zu verhaseln, sondern gelassen zu sein?  
Immer mehr Eltern suchen nach Alternativen zu ihren Erziehungsmethoden. Wie dies partnerschaftlich, demokratisch und respektvoll funktionieren kann, versucht der Kurs zu vermitteln. Der Kurs wendet sich vor allem an Eltern mit Kindern zwischen 3 und 11 Jahren und ist auf eine kleine Gruppe begrenzt.



**Erziehungsberatungsstelle**  
Caritasverband für das Dekanat  
Sigmaringen-Meßkirch e.V.

**Kess**  
kooperativ | ermutigend | sozial | situationsorientiert  
**erziehen®**



**Weniger Stress. Mehr Freude.**

Für Väter und Mütter  
von Kindern zwischen 3 und 11 Jahren



**Erziehungsberatungsstelle**  
Caritasverband für das Dekanat  
Sigmaringen-Meßkirch e.V.

## 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 freue mich wieder auf meine Familie.«**

Inge Roll, Hamburg (37)



## 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 habe gelernt, auch auf mich zu achten.«**

Susanne Thraut, Berlin (28)



## DIE HALTUNG

Kess-erziehen vermittelt Vätern und Müttern viele praktische Anregungen für den Erziehungsauftrag. 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 sehe mein Kind bewusster. Dadurch hat sich in unserer Familie viel verändert.«**

Bernd Thielen, Freiburg (41)

## Impressum

Herausgeber Kess-erziehen-Institut für Personale Pädagogik, AKF e.V., Bonn  
Mainzer Str. 47 · 53179 Bonn · [www.kess-erziehen-institut.de](http://www.kess-erziehen-institut.de)

Tel. 02 28/ 371 877 · [info@kess-erziehen-institut.de](mailto:info@kess-erziehen-institut.de)

»Kess-erziehen« wurde im Rahmen eines Projektes der AKF in Kooperation mit dem Familienreferat im Erzbischöflichen Seelsorgeamt Freiburg entwickelt.

Konzeption: Christof Horst, Bonn (Institutsleitung) · Christine Kulla, München · Erika Maas-Kabel, Fockek · Rudolf Mazzola, Freiburg · Regina Raulfs, Hamburg

Gesamtherstellung: [www.kipconcept.de](http://www.kipconcept.de) - 01/20

Fotos: iStockphoto: digitaliskiller (1), (6), kalig (7); Archiv (2); Digitalstock (3);

Fonola-Monkey-Business (4); Daamstime - G. Stadelmueller (5)



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, 14,99 €

Das Bilderbuch zum Kurs:

Die Kesse Katharina und ihre Freunde  
ist für 8 € über das Kess-erziehen-Institut zu beziehen