

Alle Blöcke sind von uns natürlich vorbereitet, aber die Themenschwerpunkte werden von Euch kommen, je nachdem wo es den meisten Bedarf gibt. Die Wochenenden werden viele Informationen, weiterführenden Hinweise und immer wieder praktische Übungen beinhalten um das erklärte emotional nachvollziehbar zu machen.

1.

Dein Selbst, Du Selbst, Persönlicher Fokus, ...

In den ersten Jahren kopieren die Kinder uns, leben uns vor was wir ihnen vorleben. Deshalb wenden wir uns an diesem Wochenende uns selber zu. Hier einige Fragen die wir uns anschauen werden:

Unsere Re-Aktionen:

- ✿ Womit sind wir entspannt, womit nicht?
- ✿ Welche Gefühle können wir an uns gut akzeptieren, welche nicht?
- ✿ Was empfinden wir als „gut“, was als „schlecht“?
- ✿ Wie sorgen wir für uns und wo geben wir mehr, als uns gut tut?

...

Erst mit dem erweiterten Verständnis für uns macht es Sinn, uns der Welt der Kinder zuzuwenden.

2.

Die Welt der Kinder

Diese Welt ist ungebremst und geprägt vom Entdecken und Erforschen. Je nach Entwicklungsstadium der Kinder stehen andere Dinge im Vordergrund. Mit diesem Verständnis wird es leichter das Verhalten und Vermögen der Kinder nachzuvollziehen.

Oft nehmen wir an, dass unsere Worte, unsere eigene Sprache, unser zuverlässigstes Kommunikationsmittel auch hier gilt, aber das ist ein Irrtum.

Viele Gefühle, werden von den Kindern zum ersten Mal erfahren und sie drücken diese vielleicht anders aus als wir es erwarten. Sie nutzen Worte in einer Weise, die für sie sinnvoll ist – nicht unbedingt für uns.

Die Kinder befinden sich in einer Abhängigkeit von uns und entwickeln Strategien, um zu bekommen was sie brauchen.

Daher werden einige Themen sein:

- ✿ Entwicklungspsychologie - Wann ist mein Kind bereit für welche Erfahrung
- ✿ Spielen, Arbeit, Hingabe
- ✿ Helfen vs. Eigenständigkeit
- ✿ Kontrolle vs. Begleiten
- ✿ Gefühlsaufbrüche
- ✿ ...

3.

Ihr als Paar

In diesem Block geht es um die Kunst der Kommunikation. Grundvoraussetzung, für einen gleichwertigen Austausch unter Partnern, ist der Wunsch den anderen auch verstehen zu wollen.

Das bedarf der Übung, denn auch wenn wir dieselben Worte benutzen, heißt das noch lange nicht, dass wir dasselbe meinen.

„Du kannst Dich entscheiden: Du kannst Recht haben oder glücklich sein, beides geht nicht“

Marschall Rosenberg.

Themen werden hier sein:

- ✿ Wie gehen wir miteinander um – wie umgehen wir einander?
- ✿ Was wird gesagt, wird nicht gesagt und was verstehen wir?
- ✿ Was wollen wir nicht hören?
- ✿ Wie diskutieren, wie streiten wir?
- ✿ Womit sind wir entspannt?
- ✿ Wann haben wir das Gefühl uns schützen zu müssen?
- ✿ ...

4.

Ihr als Eltern

Jeder von uns hat ein inneres Bild zu dem Worten: „Heiraten“, „Familie“, „Kinder“, „Gute Eltern“. Teilweise sind es überlieferte Werte und Bilder, teilweise eigene.

Diese Bilder abzugleichen, damit Ihr als Eltern den Rahmen/Boden bieten könnt, den die Kinder brauchen, ist der Fokus dieses Blocks.

Themen werden hier sein:

- ✿ Gute Eltern / schlechte Eltern – was ist das?
- ✿ Idee und Realität
- ✿ Stresssituationen – Lösungsansätze und Ursachen
- ✿ Wertschätzung der Aufgabenverteilungen
- ✿ Abstimmung im Eltern-Team
- ✿ ...

5.

Die Familie

Im letzten Teil wollen wir den Raum für jede einzelne Familie öffnen, um eure individuelle Situation zu betrachten und zu begleiten.

Zielsetzung ist es neue Handlungsweisen zu etablieren und mehr Leichtigkeit im Familienalltag zu kreieren.

Themen werden hier sein:

- ✿ Klassische Situationen und mögliche Handlungsoptionen
- ✿ Ausstieg aus bekannten Mustern
- ✿ Aus dem Stress in den Spaß
- ✿ Unsere Kinder als Spiegelbild
- ✿ Die unerträgliche Leichtigkeit
- ✿ ...