



CVJM Familienarbeit Mitteldeutschland e.V.

Reinhard Grohmann

Abenteuer – Bildung - Coaching

Hier halten Sie eine Übersicht über das Angebot der CVJM Familienarbeit mit seinem Referenten Reinhard Grohmann in den Händen. Viele Seiten voller Themen, mit denen wir ein Stück dazu beitragen, dass das Miteinander im Arbeitsleben und in der Familie besser gelingt. Lassen Sie sich einladen zum Stöbern und Entdecken und lassen Sie sich in Bewegung setzen: Vielleicht zu einem unserer Angebote, aber auf alle Fälle zu einem guten Miteinander in unserer Gesellschaft.

Reinhard Grohmann:

Diplomtheologe und Krankenpfleger

Bildungsreferent

Systemischer Organisationsberater

Mediator

Kurzgesprächstrainer

Training in Kommunikation und

Konfliktmanagement

Coaching und Begleitung von Prozessen

CVJM Familienarbeit Mitteldeutschland e.V.

Geiststraße 29

06108 Halle (Saale)

Telefon 0345 67 87 10 11

E-Mail: grohmann@cvjm-familienarbeit.de

Website: www.cvjm-familienarbeit.de

Inhaltsverzeichnis

1	WEITERBILDUNG LEITUNG UND PERSÖNLICHKEIT	3
1.1	DAS ZIELORIENTIERTE KURZGESPRÄCH	3
1.2	WER FRAGT, DER FÜHRT	3
1.3	MITEINANDER REDEN	3
1.3.1	LIEBE DEINEN ÄRGER, SOLANGE DU IHN BRAUCHST	3
1.4	DEN INNEREN SCHWEINEHUND ZÄHMEN	4
1.5	STRESS LASS NACH	4
1.6	GESPRÄCHE MIT DEM STRUDELWURM	4
1.7	KRAFT SCHÖPFEN FÜR DEN ALLTAG	4
1.8	WEGE IN DER AUSWEGLOSIGKEIT	4
1.9	MENSCH, MACH´S WIE DIE TIERE	4
1.10	MÄNNER SIND WIE WAFFELN, FRAUEN WIE SPAGHETTI	5
2	WEITERBILDUNG PÄDAGOGISCHE FACHKRÄFTE	5
2.1	OHNE ELTERN GEHT ES NICHT	5
2.2	WENN KINDER AUS DER REIHE TANZEN	5
2.3	ALTE FESTE NEU ENTDECKT	5
3	COACHING TEAMS UND ORGANISATIONEN	5
3.1	EIN STARKES TEAM	5
3.2	DER BEDÜRFNISGARTEN	6
3.3	MITEINANDER-FÜREINANDER	6
3.4	BEWEGTES UNTERNEHMEN	6
3.5	KREATIV-WORKSHOPS IM TEAM	6
3.6	ORGANISATIONSBERATUNG	6
3.7	TEAMCOACHING	7
4	THEMEN ELTERN UND FAMILIEN	7
4.1	STARKE KINDER	7
4.2	WENN KINDER NICHT HÖREN	7
4.3	WAS MACHE ICH, WENN ...	7
4.4	WEGEN UMBAU VORÜBERGEHEND GESCHLOSSEN	7
4.5	DEN UMBAU GESTALTEN	7
4.6	ZWISCHEN ZWEI WELTEN	8
4.7	WOHIN MIT MEINER WUT?	8
4.8	KINDER INS LEBEN BEGLEITEN	8
4.9	HAB GRAD KEIN BOCK	8
4.10	DAS LERNEN LERNEN	8
4.11	RITUALE IM FAMILIENALLTAG	8
4.12	KINDER - UNSERE SCHÄTZE	9
4.13	WIE HUND UND KATZE	9
4.14	FRECHE KINDER	9
4.15	SO EIN ZIRKUS	9
4.16	KINDER FÜR DAS LEBEN STÄRKEN ...	9
4.17	STARK IN DIE SCHULE	9
4.18	DER FAMILIENRETTUNGSKOFFER	10
4.19	DEN KNOTEN LÖSEN	10
4.20	TIERISCH LEICHT ERZIEHEN	10
5	KREATIVITÄT UND ERLEBNIS	10
5.1	DER ELTERNGARTEN	10
5.2	KREATIV-WORKSHOPS	10
6	ANHANG WEITERBILDUNGSINHALTE	12
6.1	FÜHRUNGSKRÄFTE-WEITERBILDUNG	12
6.2	KURZGESPRÄCH GRUNDKURS	13

1 Weiterbildung Leitung und Persönlichkeit

1.1 Das zielorientierte Kurzgespräch

Bündig beraten in alltäglichen Gesprächen

Das Kurzgespräch geht kurz und bündig auf die Anfrage einer ratsuchenden Person ein und aktiviert deren Selbstorganisation so, dass ihr ein eigenständiges Handeln wieder möglich wird. Die Einsatzmöglichkeiten sind vielfältig: In Personalgesprächen, in Gesprächen zwischen Tür und Angel in Kita und Schule, im seelsorgerlichen Gespräch in der Gemeinde, bei Besuchsdiensten, im Rahmen von Mediation und Beratung, in der Verwaltung, am Empfangstresen ... Es geht darum, die sich ergebende Gesprächssituation zu nutzen, um kurz, bündig und zielstrebig auf den entscheidenden Punkt zuzugehen. Die notwendigen Fertigkeiten für das Kurzgespräch werden in den angebotenen Kursen eingeübt und trainiert.

Dazu gibt es verschiedene Module:

- Workshop: Kennenlernen der mäeutischen Fragetechnik (ca. 2-4 h).
- Studientag: Kennenlernen der Grundzüge des Kurzgesprächs mit Übungen (ca. 8 h).
- Grundkurs: Einüben der Gesprächstechnik, z.B. sich kommunikativ im Gespräch anschließen, zielorientierte Fragen stellen, aus dem Konfliktkarussell aussteigen, Beziehungsgefälle auflösen, (40 h).
- Aufbaukurs: Einsatz von Symbolen, Metaphern, Bildern und dem strategischen Erzählen (40 h).

1.2 Wer fragt, der führt

Lösungsorientierte Kommunikation

Mit guten Fragen kann einem Gespräch eine Richtung gegeben werden, die den Blick wendet vom Problem zur Lösung. Indem wir andocken an die Sprache unseres Gegenübers, knüpfen wir an die Lebenswirklichkeit unseres Gesprächspartners an.

Leitungskräfte werden sich bewusst, wie sie ein Gespräch lösungsorientiert führen und schnell zum Kern eines Anliegens ihrer Mitarbeitenden vordringen. Sie reflektieren ihre Art der Kommunikation und setzen verschiedene Fragetypen bewusst ein, um ein Gespräch lösungsorientiert zu führen.

Die Teilnehmenden bringen eigene Gesprächsanfänge und Situation aus ihrem Alltag ein. Anhand dieser Beispiele werden Fragetypen ausprobiert. Die drei Dimensionen der Sprache (verbal, nonverbal und paraverbal) werden bewusst eingesetzt.

1.3 Miteinander reden

Wertschätzend, bedürfnisorientiert und klar kommunizieren

In Konflikten gilt es, die wirklichen Hintergründe, Interessen und Bedürfnisse herauszufinden. Mit der gewaltfreien Kommunikation nach Rosenberg steht uns eine Gesprächsstruktur zur Verfügung, mit denen wir in der Lage sind, deeskalierend auf Situationen einzuwirken und mit Menschen über ihre wirklichen Bedürfnisse in einen Dialog zu treten. Dazu gehören die Bedürfnisse der Mitarbeitenden ebenso wie die eigenen oder der Einrichtungsleitung.

Die gewaltfreie Kommunikation nach M. Rosenberg ist eine Grundlage der Weiterbildung.

Eine zweite sind Erkenntnisse aus der Neurobiologie, die uns zu verstehen helfen, wie Beziehungen gestärkt und Vertrauen aufgebaut werden können.

Leitungskräfte sind so in der Lage, in ihrem Team eine Kultur der Wertschätzung und Anerkennung zu fördern.

Die Mitarbeitenden lernen es, nicht in Vorwürfen zu kommunizieren, sondern Bedürfnisse auszudrücken. Im Team entsteht eine Haltung, an Probleme lösungsorientiert und nicht problemorientiert heranzugehen.

Konfliktsituationen können so besser entschärft werden.

1.3.1 Liebe deinen Ärger, solange du ihn brauchst

Ärger als Energiequelle nutzen

Gelegenheiten zum Ärgern gibt es oft genug am Tag. Die Kinder ärgern die Eltern und anders herum. Die Patienten ärgern sich und die Schwestern am Tresen. Die Mitarbeiter werden vom Chef geärgert und von den Kunden ebenfalls.

Mit der gewaltfreien Kommunikation gibt es einen hilfreichen Ansatz, mit dem es möglich ist, auf die vielen ärgerlichen Situationen, in denen wir uns angegriffen fühlen, so zu reagieren, dass es den Konflikt nicht weiter verschärft. Dabei gilt es, für sich zu sorgen und gleichermaßen Worte zu finden, die einen Konflikt entschärfen. Sie werden gelassener und ruhiger in kritischen Situationen in der Familie, am Arbeitsplatz und im Team. Eine gute Alternative zum Sich-Ärgern.

1.4 Den inneren Schweinehund zähmen

Wie Sie sich und andere motivieren können

Was bringt Menschen dazu, etwas zu tun und was hindert sie, etwas zu tun? Jemanden zu motivieren heißt, den Beweggrund zu suchen und zu nutzen.

Wir schauen, welche unterschiedlichen Motivationstypen es gibt, welche Möglichkeiten und Grenzen sie beinhalten und an welchen Stellen Sie diese gut einsetzen können. So machen Sie sich auf die Suche nach Möglichkeiten, Mitarbeitende in Ihrem Team zu motivieren. Und Sie können herausfinden, wie Sie Ihren eigenen inneren Schweinehund überlisten und an die Leine nehmen.

1.5 Stress lass nach

Wie wir gesund bleiben

Stress ist ein wichtiger Motor und bringt Energie zum Handeln. Wenn aber der Motor dauerhaft auf Höchstleistung läuft, verschleißt er und die Leistung lässt spürbar nach. Mit schweren Schäden muss gerechnet werden, wenn das Tempo nicht manchmal gedrosselt wird und ein Boxenstopp eingelegt wird.

Wir ergründen, wie Sie dafür Sorge tragen können, langfristig auch bei hohen Anforderungen in Beruf (und Familie) gesund zu bleiben. Wir fragen weniger danach, wie Sie vermeiden können nicht auszubrengen, sondern woher Sie neue Energie bekommen.

1.6 Gespräche mit dem Strudelwurm

Wie wir gute Entscheidungen treffen

Leben heißt, dass wir permanent Entscheidungen treffen. Über manche denken wir kaum nach und manche fallen uns schwer. Vieles gibt es abzuwägen, denn wir wollen ja eine gute, wenn nicht sogar die beste Entscheidung treffen.

Doch was ist die beste Entscheidung? Hören wir auf den Verstand und Argumente oder hören wir auf unser „Bauchgefühl“?

Wir wollen dem nachgehen, wie wir die verschiedenen Stimmen in uns zu Wort kommen lassen. Wir wollen schauen, welche hilfreichen Abstimmungsverfahren es gibt, um in einer Gruppe alle wichtigen Stimmen zu hören und dennoch zügig zu einem guten Ergebnis zu kommen.

1.7 Kraft schöpfen für den Alltag

Ressourcen ergründen, die uns helfen, Probleme zu bewältigen

Um im Leben Ziele zu erreichen und den beruflichen und familiären Alltag zu bewältigen, braucht es oft viel Kraft. In der Begleitung von Eltern ist es wichtig, sich der eigenen Kraftquellen bewusst zu sein und sie auch zu nutzen. Der Austausch dient dazu, sich seiner eigenen Ressourcen bewusst zu werden, um sie bei der Bewältigung anstehender Aufgaben nutzen zu können.

Wir ergründen die Vielfalt von persönlichen Ressourcen, kommen in einer Phase der Eigen- und Partnerarbeit den eigenen Kraftquellen auf die Spur und schauen, wie wir das in der Elternbegleitung nutzen können.

1.8 Wege in der Ausweglosigkeit

Lösungen und Ziele in festgefahrenen Situationen ermöglichen

Wenn Menschen Probleme haben schleicht sich manchmal Ratlosigkeit und Verzweiflung ein. Doch Menschen haben Probleme, sind aber keine. Es gibt immer Lösungen für Probleme, aber meist nicht so, wie es ursprünglich gedacht war.

Wir ergründen verschiedene Lösungsansätze zweiter Ordnung, wenn herkömmliche Lösungen nicht zum Ziel führen. Wir formulieren smarte Ziele und gangbare Schritte für eigene Problemlagen. Die gewonnenen Erkenntnisse dienen als Orientierung in Situationen im beruflichen Settings für die nächste Problemlösung.

1.9 Mensch, mach's wie die Tiere

Was wir von Tieren für den Führungsalltag lernen können

Manchmal könnten Chefs zu einer rasenden Wildsau werden, wenn es im Büro aussieht wie Sau, sich zum Affen machen, wie ein Faultier im Nest liegen oder sich wie ein Elefant im Porzellanladen verhalten. Dann suchen wir die Weisheit der Eule, die Klugheit der Schlange oder die Listigkeit des Fuchses.

In diesem Workshop werden wir schauen, welche Fähigkeiten Ihnen als Führungskraft guttun und wie Sie ein bisschen Leichtigkeit wider den tierischen Ernst im Arbeitsalltag gewinnen können.

1.10 Männer sind wie Waffeln, Frauen wie Spaghetti

Unterschiedlichkeiten anerkennen und nutzen

Dieses Bild, das aus einem gleichnamigen Buch stammt, vermittelt eine interessante Sicht auf die Unterschiedlichkeit, wie Männer und Frauen den Alltag sehen, Probleme bewältigen und Konflikte lösen. Dieser Workshop soll ein wenig die Augen öffnen, wie diese Unterschiedlichkeit sich in Ihrem Team oder Partnerschaft darstellen kann und wie Sie heilsam und hilfreich damit umgehen können.

2 Weiterbildung Pädagogische Fachkräfte

2.1 Ohne Eltern geht es nicht

Rahmenbedingungen für eine gelingende Elternarbeit

Eine erfolgreiche Arbeit mit Kindern in Kita, Schule und Horten braucht eine gute Erziehungspartnerschaft, bei der alle an einem Strang ziehen. In der Praxis gestaltet sich das aber oft schwierig. Schwer erreichbare Eltern, Infos, die nicht ankommen, Konflikte wegen Kleinigkeiten – Einrichtungen lassen viel Kraft, Zeit und Ressourcen, wenn Elternarbeit nicht gut gedacht und gemacht ist. Und sie können beflügelt werden, wenn Eltern vertrauen, sich einbringen und ganz eigene Dynamiken entwickeln.

Wir wollen wichtige Rahmenbedingungen in der Arbeit mit Eltern in den Einrichtungen in den Blick nehmen. Und wir wollen uns austauschen über erfolgreiche Konzepte und kreative Ideen einer gelingenden Elternarbeit.

2.2 Wenn Kinder aus der Reihe tanzen

Ideen und hilfreiche Strategien für den Umgang mit verhaltensauffälligen Kindern

Eine der größten Herausforderung in Schule, Kita und anderen Einrichtungen ist der Umgang mit Kindern, die sich anders verhalten als der Durchschnitt der Kinder. Es gilt, kreativ zu sein und Ideen zu entwickeln, um auch diese Kinder, die aus dem gewohnten Rahmen fallen, angemessen zu begleiten.

Die eigenen Möglichkeiten und Grenzen werden erkundet. Handlungsoptionen, die zur jeweiligen Einrichtung passen, werden im Team entwickelt und abgestimmt.

2.3 Alte Feste neu entdeckt

Der christliche Jahreskreis mit seinen Festen und deren Hintergründen

In dieser Weiterbildung erhalten Sie einen Überblick über alle bekannten und weniger bekannten traditionellen Feiertage im Jahreskreis. Sie erfahren etwas über die Hintergründe der Feste, deren Herkunft, Wortbedeutungen und die heutigen Traditionen dazu.

Dazu erhalten Sie eine umfangreiche Infomappe mit Geschichten Erzählungen, Gestaltungsanregungen und Ideen, um die Feste nach Wunsch im Alltag Ihrer Einrichtung (und Familie) zu integrieren.

3 Coaching Teams und Organisationen

3.1 Ein starkes Team

Teamtage für eine gute Zusammenarbeit

Um die Herausforderungen im beruflichen Alltag gut zu bewältigen, ist ein starkes und gesundes Team eine wichtige Basis.

Ich komme zu Ihnen und führe mit Ihrem Team einen Tag mit gemeinsamen Aktionen durch. Dabei geht es beispielsweise um folgende Themen: wertschätzend kommunizieren, kritische Situationen ansprechen, Veränderungen planen, gabenorientiert arbeiten, Qualität entwickeln, Konflikte lösen.

Ich entwickle nach einem Vorgespräch mit Ihnen ein passgenaues Angebot.

3.2 Der Bedürfnisgarten

Einen Weg zur bedürfnisorientierten Zusammenarbeit im Team gehen

Gern bringen sich Mitarbeitende in ihrem Arbeitsumfeld mit ihren Gaben und Fähigkeiten ein. Die Voraussetzung jedoch ist eine Arbeitsatmosphäre, in der Menschen ihre Bedürfnisse nach Beteiligung aber auch Sicherheit und Wertschätzung erfüllt sehen.

Zu diesem bewegten Workshop werden wir ergründen, was Sie in Ihrer jeweiligen Rolle als Mutter oder Vater, in Ihrem Arbeitsumfeld oder dort, wo Sie sich gerade einbringen, brauchen. Und wir werden gemeinsam Ideen entwickeln, welche Möglichkeiten es für Sie gibt, diese Bedürfnisse zu erfüllen. So werden Sie neue Kraft und Energie haben, Ihre Vorhaben umzusetzen.

3.3 Miteinander-füreinander

Eine Teamrallye, um sich zu erproben

An den spannenden und unterhaltsamen Spielstationen, die wir bei Ihnen aufbauen, können sich die Teammitglieder gemeinsam erproben. Sei es eine Fahrt auf der Rollenbahn, Balancieren auf der Slackline, Geschicklichkeit mit dem Kugellabyrinth oder dem Lochkäse, Schnelligkeit beim Tischhockey oder Genauigkeit beim Y-Golf, eine ruhige Hand beim Stapelturm und vielen weiteren Stationen. Es ist für jeden Geschmack und für jedes Können etwas dabei.

Ziel ist, dass die Teammitglieder die Herausforderungen nur gemeinsam bewältigen können. Die Erlebnisse werden im Gespräch ausgewertet, sodass die Erfahrungen nachhaltig positiv den Zusammenhalt im Team stärken.

3.4 Bewegtes Unternehmen

Firmenfeiern mit Spaß, Begegnung und Austausch

Ihre Unternehmensfeier wie Jubiläum, Weihnachtsfeier oder Sommerfest wird zu einem bewegten Event mit Ständen und Stationen, die die Mitarbeitenden von ihren Sitzplätzen lockt. Kleine Teams, die aus gemischten Abteilungen bestehen, müssen Herausforderungen bewältigen. So lernen sie sich ungezwungen auf eine neue Art und Weise kennen. Der Tag bleibt in einer schönen Erinnerung und bei der nächsten Begegnung auf dem Flur oder am Telefon werden die Probleme viel leichter bewältigt.

3.5 Kreativ-Workshops im Team

Miteinander basteln, konstruieren und werkeln

Zusammenkünfte im Team sind oft geprägt von organisatorischen Absprachen, Abstimmungen und Planungen, Analysen und Problemgesprächen.

Mit dem Kreativworkshop werden ganz andere Dimensionen im Team angesprochen: Kreativität, Leichtigkeit, Freude am Gestalten und Entwickeln, und ein entspanntes Miteinander, bei dem trotzdem Ziele erreicht werden und etwas Neues entsteht.

Hier ist eine Auswahl von Kreativangeboten:

- Drachen bauen und fliegen lassen
- Partyleuchten aus Bambus und Glas herstellen
- Bumerangs herstellen und werfen
- Schmuckgestaltung mit Emaille
- Peitschenkreisel bauen und drehen
- Schlüsselbretter und Partylaternen bauen
- Trommeln bauen und einen gemeinsamen Rhythmus finden (Djemben und Cajons)
- Team-Tassen mit Dschungelmotiven bedrucken und
- Ein Teammotiv gestalten und T-Shirts oder Pullover damit bedrucken

3.6 Organisationsberatung

Prozesse in Team, Organisationen und Unternehmen begleiten

Systeme wie Teams, Einrichtungen, Unternehmen, Kirchengemeinden etc. befinden sich im ständigen Wandel. Zukunftsorientiert zu arbeiten, heißt, sich an sich verändernde Bedingungen anzupassen. Das hilft, künftige Konflikte und Probleme zu bearbeiten, bevor sie bedrohlich sind.

Ich begleite und berate Sie in solchen Prozessen. Dabei spielen sowohl Veränderungen in der Unternehmenskultur als auch in der Struktur eine wichtige Rolle.

3.7 Teamcoaching

Begleitung und Stärkung Ihrer Teams

In einem gesunden und wertschätzenden Team zu arbeiten ist ein wichtiger Baustein für die eigene Gesundheit und ein maßgeblicher Haltefaktor für Fachkräfte.

Einzelne Teams werden über einen längeren Zeitraum begleitet. In größeren Abständen (z.B. jährlich) wird eingeladen zum Austausch zu Fragen, die im Alltag zu kurz kommen:

An welchen Stellen läuft unsere Zusammenarbeit gut? Wo stehen wir uns im Wege? Was können wir besser organisieren? Wo können wir uns gegenseitig mehr unterstützen? Wie können wir wichtige Informationen zuverlässig kommunizieren? Wie sprechen wir Konflikte an?

4 Themen Eltern und Familien

4.1 Starke Kinder

Soziale Kompetenz bei Kindern fördern

Wer wünscht sich das nicht für sein Kind: Dass es im Leben gut zurechtkommt, seine Aufgaben ordentlich erledigt, gute Freunde findet und Freude am Leben hat. Dazu braucht es nicht nur kognitives Wissen, sondern auch Sozialkompetenzen und eine positive Haltung zum Leben und zum Lernen.

Wir ergründen, wie Eltern ihre Kinder unterstützen können diese Schlüsselqualifikationen zu entwickeln?

4.2 Wenn Kinder nicht hören

Wie Eltern sich durchsetzen können, ohne laut zu werden

„Muss ich alles 10-mal sagen, damit mein Kind hört?“

Nein - müssen Sie nicht. Aber die Frage ist, was Eltern tun können, damit Kinder in wichtigen Situationen auf eine Aufforderung zügig und ohne Diskussionen reagieren.

Bei dem Workshop wird der Film „Wege aus der Brüllfalle“ eingesetzt. Er zeigt diese heiklen Alltagssituationen ungefiltert und vermittelt eine Idee, mit der Sie in einfachen und nachvollziehbaren Schritten lernen können, sich ohne Brüllerei und Androhung von Gewalt durchzusetzen, ohne erst in die Brüllfalle hinein zu geraten.

4.3 Was mache ich, wenn ...

... vereinbarte Regeln nicht eingehalten werden?

Hier entdecken Sie, was Sie tun können, wenn Ihr Kind vereinbarte Regeln nicht einhält. Wir werden gemeinsam Handlungsstrategien zur Problemlösung erarbeiten, die Sie einsetzen können, wenn etwas nicht so läuft, wie es vereinbart war, und was Sie tun können, um dabei ruhig, gelassen und präsent zu bleiben. An Ihren individuellen Situationen entwickeln wir gemeinsam sinnvolle Strategien, wie Sie liebevoll aber auch ruhig und klar ihre Kinder unterstützen können, die Selbstkontrolle über ihr Verhalten zu erlangen.

4.4 Wegen Umbau vorübergehend geschlossen

Hintergründiges und Hilfreiches zum Thema Pubertät

Die Vorgänge während der Pubertät kann man gut vergleichen mit einer Totalsanierung einer Wohnung bei laufendem Betrieb. So können auch Teenager während der Umbaumaßnahmen ihres Gehirns nicht ausziehen.

Sie selber und ihre Umgebung müssen damit klarkommen, dass viele Dinge nur als Notversorgung laufen.

In dem Workshop erfahren Sie, welche Dinge im Gehirn umgebaut werden. Das hilft, so manche Verhaltensweise anders zu deuten, zu verstehen und auch anders darauf zu reagieren.

Sie bekommen hilfreiche Überlebensstrategien vorgestellt, die Sie in die Lage versetzen, die Pubertät Ihrer Kinder nicht nur zu überleben, sondern zu gestalten.

4.5 Den Umbau gestalten

Ein Workshop für Teenager und ihre Eltern

Während der Pubertät erleben manche Familien eine Zeit mit intensiven Stimmungsschwankungen, immer wiederkehrenden Diskussionen, Sprachlosigkeit, Funkstille und Verständigungsschwierigkeiten. Das muss nicht so bleiben.

In dem Workshop erfahren Sie in einem ersten Teil, welche Umbauprozesse im Gehirn das Verhalten der Teenager am meisten beeinflussen und welche Auswirkungen das auf das tägliche Leben hat.

In einem zweiten Teil entwickeln Eltern und Teenager gemeinsam je als Familie Ideen und treffen Verabredungen, an welchen Stellen sowohl Eltern als auch Teenager im Miteinander etwas verändern können, um die Zeit des Umbauprozesses gestalten zu können.

4.6 Zwischen zwei Welten

Kinder fit machen für die digitale Zukunft

Eltern sind nicht die Einzigen, die ihre Kinder erziehen. Elektronische Medien üben einen wachsenden Einfluss auf die Kinder aus. Es liegt in der Verantwortung der Eltern, ihre Kinder nicht ungesteuert diesen Medien auszusetzen. In diesem Workshop erfahren Sie, wie Sie als Mutter oder Vater Ihre Kinder unterstützen können, die guten Möglichkeiten dieser Medien zu nutzen.

Und Sie bekommen ein paar Tipps mit auf den Weg, was Sie tun können, damit Ihre Kinder auch selber verantwortungsvoll mit den Gefahren der Medien umgehen können.

4.7 Wohin mit meiner Wut?

Auswege und Lernfelder für brenzliche Situationen

Wenn Kinder wie Rumpelstilzchen mit den Füßen aufstampfen und Eltern auf die Palme gebracht werden, geht es meist hoch her. Gefühle wie Wut, Ärger und Frust bahnen sich lautstark ihren Weg.

Wir ergründen Möglichkeiten, in solchen Situationen handlungsfähig zu bleiben und langfristig andere Möglichkeiten zu erarbeiten, mit Wut und Ärger umzugehen. Bei uns und den Kindern.

4.8 Kinder ins Leben begleiten

Ein Kurs für Eltern in 4 Abenden

Die Erwartung an sich selbst, als Eltern perfekt zu sein, ist nicht realistisch. Eltersein heißt, Kinder ins Leben zu begleiten. Es werden im Austausch mit anderen Eltern Hilfen für die Erziehung erschlossen und dem nachgegangen, wie Sie eine tragfähige Beziehung zu Ihren Kindern gestalten können.

Die Themen der 4 Abende:

- Ein starkes Fundament bauen: Familie ist der Ort, an dem Kinder Unterstützung, Ermutigung und Orientierung erfahren und an dem auch der Spaß nicht zu kurz kommt.
- Unser Ziel für die Zukunft: Der Weg zur Selbstständigkeit besteht aus vielen kleinen Schritten. Das Konzept des „Kontaktens“ hilft Eltern und Kindern, sich klar auszudrücken und miteinander im Gespräch zu sein.
- Konflikte als Motor der Entwicklung: Konflikte gehören zum Familienleben dazu. Ein hilfreiches Konfliktmanagement schützt vor Hilflosigkeit und Überlastung.
- Eltern sein und Paar bleiben: Alle Kinder brauchen die Liebe und Zuwendung ihrer Eltern. Wir zeigen Wege auf, wie Sie für sich selbst und Ihre Partnerschaft sorgen können.

4.9 Hab grad kein Bock

Kinder für Lernen und Anstrengung begeistern und motivieren

Eines der wichtigsten Dinge für die Lebensbewältigung ist die Erfahrung, dass es sich lohnt, sich Mühe zu geben und sich anzustrengen. Das gilt für die Schule ebenso wie für alle anderen Dinge: Sei es das Zubinden der Schuhe mit einer Schleife, das Fahrradfahren, das Üben eines Musikinstruments. Das alte Sprichwort „Ohne Fleiß kein Preis“ sagt es treffend aus.

Was aber, wenn Kinder sich diesem Fleiß verwehren und deutlich machen, dass ihnen auch der Preis egal ist? Wenn sich Kinder einer Anstrengung verweigern und sehr erfinderisch sind, Mühen zu umgehen?

Wir werden uns bei diesem Workshop neurobiologische Grundlagen der Motivation anschauen. Es wird praktische Tipps geben, was Eltern konkret tun können, wenn Kinder Anstrengungen verweigern und wie sie ihnen neue Lust am Lernen machen können.

4.10 Das Lernen lernen

Wie kann ich meinen Kindern helfen zu lernen?

Können Eltern in der Grundschule noch direkt bei der Lösungssuche bei Problemen helfen, stehen wir in den höheren Klassen eher selten so im Stoff, um unseren Kindern etwas davon erklären zu können. Da bleibt oft nur, die Kinder zu unterstützen, die Lösung selber zu finden.

In dem Workshop erfahren Sie, welche neurobiologischen Prozesse beim Lernen wichtig sind. Auf dieser Grundlage werden konkrete Ideen entwickelt, die das Lernen effektiver und einfacher machen.

Es werden einfache und doch wirkungsvolle Methoden vorgestellt, die auch für die eigene Merkfähigkeit von Zahlen oder Einkaufslisten gut einzusetzen sind.

4.11 Rituale im Familienalltag

Wie Rituale Kinder stärken

Wenn Sie sich an Ihre eigene Kindheit erinnern, fallen Ihnen sicher Dinge ein von denen Sie sagen: „Bei uns war das früher immer so.“

Es sind meist Rituale, die uns in guten Erinnerungen bleiben. Sie haben uns Halt gegeben und Orientierung. Wir wollen zu diesem Workshop diese Schätze heben und neu für unsere Familien zur Geltung bringen, damit sie auch heute ihre Kraft für unsere Familie entfalten können.

4.12 Kinder - unsere Schätze

Wie wir Wertvolles in den Kindern entdecken

Jedes unserer Kinder ist einzigartig und unverwechselbar. Und jedes von ihnen ist wie ein kleiner Edelstein: wertvoll und schön. In einer Gesprächsrunde bis etwa 12 Personen erzählen wir anhand von Edelsteinen von unseren Kindern. Wir werden viele Dinge gemeinsam entdecken, die wertvoll sind und die uns das Herz aufgehen lassen.

Dieser Erzählworkshop wird eine gute Investition in die Beziehung zu unseren Kindern sein, an die Sie und Ihre Kinder sich lebenslang erinnern.

4.13 Wie Hund und Katze

Konfliktlösung zwischen Geschwistern

Wenn Türen knallen, Tränen fließen und zwischen Bruder und Schwester gewaltige (Wort-)Geschütze aufgefahren werden, stehen Mütter und Väter vor einer Herausforderung: Eingreifen oder nicht? Gewähren lassen oder schlichten?

Thema dieses Elternabends sind Konflikte zwischen Geschwistern.

Welche Strategien zur Konfliktlösung sind geeignet und welche weniger? Lassen sie sich dazu anregen, ihren ganz persönlichen „Familienfrieden-Rettungskoffer“ zusammen zu stellen!

4.14 Freche Kinder

Vom respektvollen Umgang miteinander

„Immer musst du das letzte Wort haben!“ sagt die Mutter zu ihrer 14-jährigen Tochter.

„Na woher soll ich denn wissen, dass du nichts mehr sagst?“, antwortet diese darauf.

Schlagfertig aus der Sicht der Jugendlichen und frech aus der Sicht der Mutter.

Wir können Eltern mit solchen Situationen umgehen? Wie kann es gelingen, dass Kinder respektvoll untereinander und mit Eltern umgehen? Wie können wir solchen Situationen den Druck herausnehmen? Spannende Fragen, zu denen wir gemeinsam an diesem Abend praktikable Antworten entwickeln.

4.15 So ein Zirkus

Ein Workshop zum Management im Familienzirkus

Das Leben in einer Familie hat viele Parallelen mit einem Zirkus: Mit Teenagern umzugehen gleicht einem Seiltanz, für eine ausgewogene Ernährung zu sorgen ist wie die Raubtierfütterung, alle vollbringen irgendwelche Kunststücke, irgendjemand macht sich immer zum Clown, man muss aufpassen wie ein Dompteur und der Direktor muss alles im Griff haben.

Diese Vergleiche soll dem Gespräch zugrunde liegen, bei dem wir uns auf die Spur machen wollen, wie wir als Eltern diesen Familienzirkus gut führen können.

Ein Workshop für alle, die ihre Rolle gut spielen wollen.

4.16 Kinder für das Leben stärken ...

Wie Sie wichtige Entwicklungsschritte Ihrer Kinder fördern

Wir kommen mit einem wunderbaren Gehirn zur Welt, in dem alle wichtigen Dinge angelegt sind, die wir für unser Leben brauchen. Vieles davon ist jedoch nur genetisch angelegt. Es kommt erst zur Entfaltung, wenn es benutzt und eingeübt wird.

In diesem Workshop werden Sie erfahren, was Sie als Eltern tun können und auch sollten, damit sich Ihre Kinder zu selbstständigen, selbstbewussten, starken, ausgeglichenen und zufriedenen Menschen entwickeln können. Sie bekommen Möglichkeiten aufgezeigt, wie Sie als Mutter und Vater Ihrer Rolle als liebevoller Coach Ihrer Kinder gerecht werden können.

4.17 Stark in die Schule

Was Kinder für die Schule brauchen

Die Einschulung ist für unsere Kinder ein wichtiger Lebensabschnitt, bei dem sich vieles ändert. Für Eltern stellt sich im Vorfeld oft die Frage, ob die Kinder auch reif für die Schule sind und mit den neuen Anforderungen auch klarkommen.

An dem Themenabend erfahren Sie, wie Sie Ihr Kind gut auf die Schule vorbereiten. Besonders eingeladen sind Eltern von Kindern im Alter von 4-6 Jahren.

4.18 Der Familienrettungskoffer

Praktische Ideen, wie Sie große und kleine Situationen im Familienalltag anpacken können

Immer wieder gibt es Situationen im Familienleben, die uns herausfordern und unsere Kreativität und unseren Ideenreichtum brauchen. Gut, wenn man dann auf ein reichhaltiges Repertoire an möglichen Strategien und Reaktionsmöglichkeiten zurückgreifen kann.

Der Familienrettungskoffer ist gut gefüllt mit vielen Ideen und Anregungen, wie es gelingen kann, Kinder ins Leben zu begleiten, sie zu stärken und zu leiten.

Lassen Sie sich einladen, um hineinzuschauen, Ideen auszutauschen und mit nach Hause zu nehmen.

4.19 Den Knoten lösen

Praktische Ideen, wie Sie große und kleine Situationen im Familienalltag anpacken können

Wer schon einmal ein Bündel Bindfaden entwirren und entknoten musste, weiß, wie mühsam das ist und wie schnell die Idee kommt, die Schere zu nehmen und den Faden einfach abzuschneiden.

Auch im Familienleben gibt es Verwirrungen und Knoten, die den gewohnten Ablauf aufhalten und durcheinanderbringen.

Doch Knoten haben eine wichtige Funktion: Sie verbinden mehrere Seile miteinander, sie sichern und sie können einen Fall abbremsen.

So wollen wir gemeinsam schauen, welche Verknotigungen im Familienleben wichtig sind und welche uns hemmen. Und wir wollen sehen, wie wir die ungünstigen Knoten auflösen können. Dabei lade ich Sie ein, Situationen aus Ihrer Familie mit einzubringen.

4.20 Tierisch leicht erziehen

Was wir von Tieren für den Familienalltag lernen können

Manchmal könnten Eltern zu einer rasenden Wildsau werden, wenn die Kinder schweinigen, sich zum Affen machen, wie ein Faultier im Nest liegen oder sich wie ein Elefant im Porzellanladen verhalten. Dann suchen wir die Weisheit der Eule, die Klugheit der Schlange oder die Listigkeit des Fuchses.

In diesem Workshop werden wir schauen, welche Fähigkeiten uns als Eltern guttun und wie wir ein bisschen Leichtigkeit wider den tierischen Ernst im Familienalltag gewinnen können.

5 Kreativität und Erlebnis

5.1 Der Elterngarten

Eine Familienrallye für Groß und Klein

Mit unserem Spieleanhänger sind wir unterwegs zu Ihnen in Ihre Einrichtung. An den spannenden und unterhaltsamen Spielstationen können sich Eltern und Kinder gemeinsam erproben. Sei es eine Fahrt auf der Rollenbahn, Balancieren auf der Slackline, Geschicklichkeit mit dem Kugellabyrinth oder dem Lochkäse, Schnelligkeit beim Tischhockey oder Genauigkeit beim Y-Golf und vielen weiteren Stationen. Es ist für jeden Geschmack und für jedes Können etwas dabei.

Die Dauer der Familienrallye beträgt etwa 2 Stunden.

Wir leiten Sie an, damit Sie mit Ihrem Team die leicht erklärbaren Spielstationen betreuen können.

5.2 Kreativ-Workshops

Miteinander basteln, konstruieren und werkeln

An die Zeiten, in denen Eltern mit ihren Kindern etwas gewerkelt, gebaut und konstruiert haben, erinnern sich Kinder oft lebenslang. Gemeinsam etwas zu tun, stärkt Beziehungen und macht Spaß.

Eltern und Kinder sind eingeladen zu einem Nachmittag mit interessanten und spannenden Themen.

Sprechen Sie uns an und buchen Sie einen Nachmittag mit Ihren Familien bei Ihnen in der Einrichtung zum Bauen von Drachen, Bumerangs oder unseren beliebten Navacopah-Laternen.

Hier ist eine Auswahl von Kreativangeboten:

- Drachen bauen und fliegen lassen
- Partyleuchten aus Bambus und Glas herstellen
- Holzeisenbahnen bauen
- Bumerangs herstellen und werfen
- Boote mit Knattermotor bauen und schwimmen lassen
- Flugzeuge mit Gummimotor konstruieren und fliegen lassen
- Sportbogen aus Bambus bauen
- Schmuckgestaltung mit Emaille
- Peitschenkreisel bauen und drehen
- Schlüsselbretter und Partylaternen bauen
- Trommelbau für Eltern und Kinder (Djemben und Cajons)
- Tassen mit Dschungelmotiven bedrucken

6 Anhang Weiterbildungsinhalte

6.1 Führungskräfte-Weiterbildung

Führen mit Autorität durch

1. Beziehung: Leiten durch eine tragfähige Beziehung
 - Input: Wie Beziehung gelingt
 - Einzel- und Gruppenarbeit: Wie konkret setze ich das um?
 - Mitarbeiter führen
 - Beziehung
 - Motivation
 - DISG-Profil
 - Mitarbeitergespräche
2. Information und Kommunikation: Transparenz und Informationsfluss
 - Führen durch Fragen
 - Ziele beschreiben: smarte Ziele
 - Bedürfnisorientierte Kommunikation
 - Probleme durch Lösungen bewältigen
 - Konfliktgespräche führen
 - Deeskalierend in Konflikten wirken
 - Swimlane: Arbeitsabläufe und Informationsfluss zwischen Arbeitsbereichen und Abteilungen
3. Zeitverständnis: Beharrlichkeit und realistische Ziele
 - Smarte Ziele
 - Zeit-Management-Matrix vorstellen, dann Einzelarbeit: welche Aufgaben kann ich künftig delegieren, wie investiere ich in Prävention
4. Grenzen: Entschiedenheit in der Umsetzung von Verabredungen
5. Reflexion: Feedbackkultur und Selbstführung
 - Mitarbeitendengespräche
 - Stressmanagement
 - Eigene Ressourcen
6. Wiedergutmachung: Konflikte bedürfnisorientiert und lösungsorientiert bearbeiten
 - Konfliktgespräche lösungsorientiert führen (RG)
7. Koalition: Vernetzung und Teamarbeit

Die eigene Rolle: Wie verstehe ich mich als Leitung?

- Visionen
- Ressourcen
 - Eigene Ressourcen wahrnehmen und nutzen
 - SWOT-Analyse
- Umgang mit Stress
- Arbeitsorganisation und Zeitmanagement
 - Zeit-Management-Matrix (Eisenhower-Prinzip)
 - 4-Felder-Matrix
 - Probleme lösen durch das Lösungshaus nach Grohmann

Organisationsformen

- Input Formen: impulsiv, konformistisch, leistungsorientiert, pluralistisch, evolutionär
- Austausch in Kleingruppen: welche Form gibt es an unserer Einrichtung, was daran funktioniert gut, was möchte ich gern ändern

Agile Unternehmen: leistungsfähig und flexibel

- Input Grundstruktur agiler Unternehmen
- Einzelarbeit: an welchen Stellen kann ich in meiner Einrichtung diese Grundidee umsetzen?

6.2 Kurzgespräch Grundkurs

