

# Elternabende mit einem Fachreferenten

Ein Angebot des Katholischen Bildungswerks in Kooperation mit Landeselternbüro für Vorarlberger Volksschule



Der Abend war sehr interessant – es waren 14 Anwesende, die alle sehr begeistert waren. (Obfrau EV Gisingen-Oberau)

Eltern haben Fragen, Elternbildung versucht Antworten zu geben. Die Schule ist und soll ein Ort sein, wo Kinder und Eltern an Wissen und Erfahrung reicher werden. Wir möchten mit Ihnen gemeinsam einen Beitrag dazu leisten.

## Elternbildung in der Schule bringt:

- Impulse für den nicht immer leichten Erziehungsalltag
- Unterstützt die pädagogische Arbeit von LehrerInnen
- Möglichkeiten zum Austausch zwischen den Eltern

Unsere bisherigen Erfahrungen zeigen, dass die Schule als bekannter Ort, sehr gut von Eltern genutzt wird, wenn das Angebot bedürfnisorientiert ist und im Idealfall sowohl von den LehrerInnen als auch von den Elternvereinsleuten beworben wird.

Die Angebote können jetzt schon für das ganze Schuljahr gebucht werden.

Dank der finanziellen Unterstützung der Katholischen Kirche und dem Familienreferat der Vorarlberger Landesregierung ist der Kostenanteil für den Veranstalter bei 75.- Euro pro Vortrag.



**Die Referentin war sehr kompetent.**

**Der Vortrag war abwechslungsreich.**

**Mit den Schülern werden noch Ideen der Referentin aufgegriffen und weitergeführt.**

Anreas Sutterlüty, VS Doren



Wir arbeiten nach neuesten Erkenntnissen der Elternbildung, Entwicklungspsychologie, Pädagogik und den Richtlinien der MARKE katholische Elternbildung  
Mit **Achtung** und **Respekt** **Kompetente** Eltern



## Erziehung macht stark

### **8 Sachen, die Erziehung stark machen!**

Erziehung soll Kinder in vielerlei Hinsicht unterstützen: um ihr Leben gestalten zu lernen, um Herausforderungen zu begegnen, um Beziehungen einzugehen, um Rückschläge zu verkraften, um andere Meinungen zu akzeptieren und vieles mehr. Neben Nahrung und Kleidung brauchen Kinder Liebe und Geborgenheit sowie die Möglichkeit, die Welt zu erkunden.

In diesem Vortrag geht es um 8 Kernpunkte, die wesentliche Merkmale einer „starken Erziehung“ ausmachen.

**Referentin:** Mag. Christine Schnetzer, Erziehungswissenschaftlerin, pädag. Mitarbeiterin von Supro – Werkstatt für Suchtprophylaxe

### **Suchtvorbeugung: So früh ? - Oft zu spät !**

Wir wünschen Kindern ein Leben ohne Suchtmittel und Abhängigkeiten, ohne Alkohol, Nikotin und Drogen. Wir können sie schon sehr früh darin bestärken, ihr Leben eigenverantwortlich zu gestalten und Selbstbewusstsein zu entwickeln. Dann können sie auch als Jugendliche dem Gruppendruck widerstehen und eigenständig und selbstbestimmt entscheiden.

**Referentin:** Edith Viktorin, Pädagogin, Dipl. Familien- und Gruppenarbeiterin, Sexualpädagogin, Elternbildnerin

### **Selbstwert: Garant für alles und jedes ...?**

#### **Von einem (meist falsch verstandenen) Mythos.**

Oftmals versprechen sich Erwachsene vom Selbstwert „Heil und Segen“ – Selbstwert sei der beste Schutz vor Unannehmlichkeiten im Leben. Garniert mit dem „Nein-sagen-können“ ist dann das Glück der Kinder komplett und einem gedeihlichen Heranwachsen steht nichts mehr im Wege... So einfach aber ist dieses „Erziehungsrezept“ nicht. Wie Selbstwert entstehen kann, und was es mit dem „nein-sagen-können“ auf sich hat, soll genauer beleuchtet werden und auch so mancher Irrglaube soll dabei aufgeklärt werden.

**Referent:** Mag. DSA Bernhard Gut, Psychologe, Diplomsozialarbeiter

### **Werte in Erziehung und Familienalltag**

Viele Erziehungsvorstellungen aus vergangenen Zeiten passen nicht mehr in unsere Welt und zu den Anforderungen moderner Gesellschaften. Was sind Werte, die heute Eltern wichtig sind? Wir werden uns an diesem Abend mit Werten und Überzeugungen auseinandersetzen, die Kindern Rückhalt und Orientierung geben, um sich mit den Herausforderungen des Alltags auseinander setzen zu können.

**Referentin:** Angelika Braza, selbständige Elternbildnerin, Gütesiegel der Elternbildung, Elterntraining.

### **Sichere Eltern – Starke Kinder**

Wir alle wünschen unseren Kindern, dass sie stark und selbstbewusst ihr Leben gestalten können. Dass sie die Balance zwischen Anpassung und persönlicher Freiheit finden, erfolgreich sind im Beruf, eingebunden in eine intakte Familie und Zeit für sich selbst haben. Schön. Und wie sieht es mit uns selbst aus? Was möchten wir für unsere Kinder, was wir selbst noch gar nicht verkörpern? Wo sind unsere Potentiale, die in uns schlummern und im Moment noch nicht wachgerüttelt sind?

Ziel dieses Vortrages ist es, sie als Eltern zu motivieren, mehr das zu leben, was sie ihren Kindern wünschen.

Und damit ihren Kindern gelebte Authentizität vermitteln. Und das macht sie sicher und stark!

**Referentin:** Ing. Christine Reumiller, Lebens- u. Sozialberaterin, Mediatorin.

### **Stark durch Erziehung - Eltern stärken ihre Kinder**

#### **Das selbstbewusste Kind**

In unserer sich stetig wandelnden Gesellschaft, brauchen unsere Kinder ein hohes Maß an Selbständigkeit und Selbstvertrauen. Welche Eigenschaften brauchen unsere Kinder, die Ihnen das Leben in einer Gemeinschaft erleichtern?

Gerade in den ersten Lebensjahren können Eltern sehr viel dazu beitragen, dass Kinder ein gesundes Selbstbewusstsein haben.

Mit konkreten Alltagsbeispielen werden wir die Förderung des Selbstbewusstseins kennenlernen. Beispiele aus dem Alltag mit Kindern und konkreten Handlungssituationen zeigen, wie Eltern ihre Kinder unterstützen können.

**Referentin:** Angelika Braza, selbständige Elternbildnerin, Gütesiegel der Elternbildung, Elterntraining



## Leben in der Familie

### **Geschwisterbeziehungen zwischen Liebe und Rivalität**

Eltern haben oft eine idealisierte Vorstellung von Geschwisterbeziehungen. Sie träumen von der großen Geschwisterliebe. Doch die Realität sieht anders aus: Liebe, Hass, Beschützen, Beschützt werden, Bloßstellen, Hilfsbereitschaft, Konkurrenz.... dies und vieles mehr wechseln sich oft im Minutentakt. Und wir Eltern sind mittendrin -eine große Herausforderung. Wir erarbeiten an diesem Abend, was eine positive Geschwisterbeziehung stärkt und was sie stört. Und wir gehen der oft gestellten Fragen nach: "Was tun, wenn meine Kinder streiten."

**Referentin:** Lisa Sigg, Mutter von 2 Kindern, Kindergärtnerin, Montessoripädagogin, Elternbildnerin, Berufserfahrungen: Kindergarten, Kleinkinderbetreuung und Naturpädagogik

### **Müsst ihr denn dauernd streiten?**

... fragen sich oft verzweifelte Eltern. Warum liegen sich unsere Kinder immer wieder in den Haaren und welche Möglichkeiten haben wir als Eltern, um diesen Konflikt zu entschärfen?

**Referentin:** Ingrid Holzmüller, Ehe- Familien- und Lebensberaterin, Sexualpädagogin, Leiterin des Ehe- und Familienzentrums.

### **Konsumfalle: Immer mehr haben wollen – wo führt das hin ?**

Kinder hatten noch nie so viel Geld zur Verfügung wie heute, und sie kommen immer weniger damit aus. Die Wirtschaft setzt gezielt Werbung ein, um Bedürfnisse zu erzeugen. Kann Konsum zur Sucht werden ? Gibt es einen Ausweg ?

**Referentin:** Edith Viktorin, Pädagogin, Dipl. Familien- und Gruppenarbeiterin, Sexualpädagogin, Elternbildnerin

### **Erzähl uns nichts vom Storch**

Sexualität beginnt im Grunde genommen schon lange, bevor die Kinder Fragen zu stellen beginnen. Eltern ist oft nicht bewusst, dass Aufklärung ein viel weiteres Spektrum umfasst, als zum „richtigen“ Zeitpunkt Antworten anbieten zu können. Das, was Eltern vorleben, wie sie ihre Rolle als Frau/Mann ausfüllen, wie sie dem anderen Geschlecht gegenüber treten, sagt mehr aus als das gesprochene Wort. Neben den Rollenbildern sollen auch die Themen „Sexualität und Sprache“ sowie „Doktorspiele“ zur Sprache kommen.

**Referentin:** Ingrid Holzmüller, Ehe- Familien- und Lebensberaterin, Sexualpädagogin, Leiterin des Ehe- und Familienzentrums.

### **Kannst du dich nicht benehmen ? - Warum soll ich ?**

Was ist anständig, was nicht anständig ? Sind Manieren und Umgangsformen heute noch wichtig ? Ist gutes Benehmen überhaupt ein Erziehungsziel oder ist es total überholt ? Welche Spielregeln betreffend Höflichkeit beim Umgang miteinander sind wichtig ?

**Referentin:** Edith Viktorin, Pädagogin, Dipl. Familien- und Gruppenarbeiterin, Sexualpädagogin, Elternbildnerin

### **Kindesmissbrauch lebt vom Schweigen !**

Wie kann ich mein Kind vor sexuellem Missbrauch schützen ? Welche vorbeugenden Maßnahmen gibt es ? Welche Signale senden Kinder aus ?

Jeder Erwachsene, dem Kinder am Herzen liegen, kann im Alltag etwas tun, um Kinder stark zu machen.

**Referentin:** Edith Viktorin, Pädagogin, Dipl. Familien- und Gruppenarbeiterin, Sexualpädagogin, Elternbildnerin

### **Mama, Papa, darf ich fernsehen ?**

Kinder wachsen heute mit einer Vielzahl elektronischer Medien auf. Fernseher, Videorecorder, DVD-Player, Playstation, Gameboy und Computer locken mit einem fast unübersehbaren Angebot an Sendungen, Filmen und Spielen. Dadurch entstehen viele Fragen, die sich Eltern stellen: Welche Sendungen sind für welches Alter geeignet ? Wie lange, wie oft sollte ein Kind höchstens fernsehen ? Macht die Gewalt im Fernsehen aggressiv ? Kinder sollen den vernünftigen Umgang mit Medien erlernen und dabei benötigen sie die Begleitung durch Erwachsene, denn sie brauchen Hilfe, Regeln und Orientierung.

**Referentin:** Edith Viktorin, Pädagogin, Dipl. Familien- und Gruppenarbeiterin, Sexualpädagogin, Elternbildnerin



## Familie und Schule

### **Damit es ein gutes Schuljahr wird**

Wir führen einen Dialog zur Frage: Was brauche ich, damit es ein gutes Schuljahr wird? Alle Anwesenden - Eltern und Lehrpersonen - bringen sich dazu ein. Aus diesem Gespräch sammeln wir sogenannte "rote Fäden" und vereinbaren, was wir alle dafür tun können, damit das Schuljahr gut wird. Einführend wird die Gesprächsform des Dialoges erklärt. Während des Elternabends sitzen wir in einem großen Stuhlkreis. Gerne können beim "Elternabend" auch die Kinder dabei sein. Es wird dann wahrscheinlich eher ein "Eltern- und Klassennachmittag".

**Referentin:** Sabine Jochum-Müller, selbständige Organisations- und Personalentwicklerin

### **Leichteres Lernen über das Spiel**

Über all unsere Sinne gelangen Reize zu unserem Nervensystem, werden dort gesammelt, verknüpft und geordnet um sie anwenden und gebrauchen zu können. Nur so können wir unsere Umwelt richtig erfahren und angemessen reagieren. Dieses Ordnen und Sammeln bezeichnet man als „sensorische Integration“.

Wahrnehmungsschwierigkeiten entstehen, wenn dieses Zusammenspiel der Sinne nicht entsprechend funktioniert. Da lesen, schreiben und rechnen zu den anspruchsvollsten Leistungen gehören, die das menschliche Gehirn zu verarbeiten hat, ist es ohne gewisse Voraussetzungen (Teilleistungen) für das Kind schwierig zu lernen, nachzuvollziehen und verstehen zu können.

Ausgesuchte Spiele wie Karten-, Würfel- oder Fadenspiele und insbesondere das Jonglieren mit Tüchern, Bällen, Tellern oder das Diabolo bieten eine gute Unterstützung, alle Wahrnehmungskanäle zu aktivieren, Grob- und Feinmotorik sowie räumliches Denken, Konzentration und Ausdauer zu schulen und wieder Spaß am Lernen zu finden.

**Referentin:** Monika Elmenreich, Spieltherapeutin, Legasthenie- und Dyskalkulietrainerin, Schwerpunkt im Zusammenhang zwischen Spiel und Lernen.

### **Der Schulalltag am Küchentisch**

Der Küchentisch ist ein Ort, an dem so vieles in der Familie passiert: essen, spielen, miteinander reden, genießen...

....und wenn die Schule beginnt kommen Hausaufgaben und oft Stress hinzu.

Lernen ist toll – Kinder wollen von Natur aus alles wissen und können, die Neugierde beflügelt sie.

Die Referentin macht Mut, dem Schulalltag aufmerksam und sensibel, aber auch entspannt entgegen zu sehen. Kinder haben viele verschiedene Fähigkeiten - Mütter und Väter aber ebenso. Begleiten Sie Ihre Kinder in dieser aufregenden Zeit, damit diese in die Selbständigkeit ihres eigenen Lebens hinein wachsen können.

**Referentin:** Barbara Schröder, Erwachsenenbildnerin, Fachfrau für Kinder- und Jugendliteratur.

### **Fit für die Schule**

Beim Übergang vom Kindergarten in die Schule steigern sich Vorfreude Anspannung am ersten Schultag zu einem emotionalen Höhepunkt im Familienleben. Bei den meisten Müttern und Vätern steht allerdings nicht die uneingeschränkte Freude im Vordergrund. Sie wissen um die steigenden Leistungsanforderungen der kommenden Jahre und um die Bedeutung des Schulerfolgs für die den Lebensweg des Kindes. Zudem werden positive und negative Erinnerungen an die eigene Schulzeit wach, die ebenfalls die emotionale Grundstimmung mitprägen. Nicht nur auf die Kinder, sondern auch auf die Eltern kommen neue Anforderungen zu.

Was können Eltern tun, damit der Zauber des Anfangs nicht gleich verfliegt? Welche Fähigkeiten und Fertigkeiten erleichtern den Start? Was gilt es zu beachten und welche Strategien können Mütter und Väter in ihrem Bemühen unterstützen, ihrem Kind einen guten Start zu ermöglichen?

**Referentin:** Ingrid Holzmüller, Ehe- Familien- und Lebensberaterin, Sexualpädagogin, Leiterin des Ehe- und Familienzentrums.

### **Mobbing: Modewort oder Realität ?**

Das Thema Mobbing begegnet uns überall, es ist zum Modewort geworden. Es wird für Auseinandersetzungen, Ausgrenzungen und Diskriminierungen verwendet.

Was aber meint Mobbing wirklich ?

Wie wird Mobbing ausgeübt ?

Gibt es den typischen „Täter“ und das typische „Opfer“ ?

Das wollen wir näher untersuchen. Für manche Kinder ist Mobbing eine furchtbare Wirklichkeit. Tun wir etwas dagegen !

**Referentin:** Edith Viktorin, Dipl. Familien- und Gruppenarbeiterin, Sexualpädagogin, Elternbildnerin



## Kommunikation

### Grenzen setzen - ohne zu verletzen

»Nein, du sollst nicht...!

»Nein, das darfst du nicht...!«

»Mach!«

Grenzen aufzeigen heißt, verantwortlich Orientierung zu geben und Kindern Werte und Regeln des Zusammenlebens vorzuleben und vorzugeben - mit dem Bewusstsein, dass Grenzen Halt und Sicherheit geben.

Viele Eltern sind entmutigt, wenn sie zum x-ten mal das Gleiche sagen und das Kind verweigert sich. Wir werden uns viele Beispiele aus dem Leben mit Kindern anschauen, die in Verbindung mit Grenzen setzen stehen und dabei lernen, wie man wertschätzend Grenzen setzen kann.

**Referentin:** Angelika Braza, selbständige Elternbilderin, Gütesiegel der Elternbildung, Elterntraining

### Kommunikation in der Familie - Kommunikation fördern

In unseren Familien haben alle Familienmitglieder gewisse Rollen eingenommen und Hierarchien haben sich gebildet. Da ist es nicht immer einfach, gut miteinander umzugehen. Die Referentin macht die Kommunikation in der Familie zum Thema und gibt Tipps, wie diese gefördert werden kann.

**Referentin:** Susanne Fritz, Erwachsenenbildnerin und dipl. Lebens- und Sozialberaterin, tätig in der Jugendarbeit, Beraterin in einer psychosozialen Beratungsstelle der Caritas.

### Gewaltprävention - Umgang mit Aggressionen im Kindesalter

An diesem Abend geht es darum zu klären, was unter Aggression und Mobbing verstanden wird, wie sie entstehen und welche Dynamik sie entwickeln. Die Referentin möchte die Mechanismen, die dahinter stecken, aufdecken und Tipps, Übungen und Spiele anbieten, die helfen können, daraus auszusteigen.

**Referentin:** Susanne Fritz, Erwachsenenbildnerin und dipl. Lebens- und Sozialberaterin, tätig in der Jugendarbeit, Beraterin in einer psychosozialen Beratungsstelle der Caritas.

### Konstruktiver Umgang mit Konflikten

Wie das Zusammenleben mit Kindern entspannter werden kann

Als junge Eltern treffen wir für unseren Nachwuchs viele Entscheidungen. Irgendwann möchten die Kinder das für sich selber tun und wir sollten sie zu dieser Selbständigkeit Schritt für Schritt hinführen. Ein Balanceakt zwischen Grenzen öffnen und Grenzen ziehen. Dies erfordert Vertrauen und Mut, Geduld und oft starke Nerven. In diesem Vortrag wird dieses Spannungsfeld beleuchtet. Dabei wird aufgezeigt, welche Kommunikationsmuster oft gelebt werden, benennt konstruktive Wege zu einem harmonischen Zusammenleben und dass Situationen und Beziehungen nicht so bleiben müssen wie sie sind, sondern sich in positiver Weise verändern können.

**Referentin:** Ing. Christine Reumiller, Lebens- u. Sozialberaterin, Mediatorin, akad. Personal- u. Organisationsentwicklerin

### So jetzt reicht's mir aber!

Der Alltag und das Leben mit Kindern bringen uns immer wieder an unsere Grenzen. Welche Möglichkeiten haben Mütter und Väter, wenn gutes Zureden nicht mehr hilft und die Nerven blank liegen?

**Referentin:** Ingrid Holzmüller, Ehe- Familien- und Lebensberaterin, Sexualpädagogin, Leiterin des Ehe- und Familienzentrums.

## ... Und zwei weitere Angebote:

### „Kindsein bei Astrid Lindgren“

Die große Dame der Kinderliteratur und ihre wunderbaren Gedanken.

Wer kennt sie nicht, Pippi und Karlsson, die ungewöhnlichen Kinder aus Schweden?

Ein humorvoller und herzlicher Blick für unseren Erziehungsalltag.

**Referentin:** Barbara Schröder, Erwachsenenbildnerin, Fachfrau für Kinder- und Jugendliteratur.

### „Fit und g'sund us da Kinderschuh wachsa!“

Wie soll sich die Ernährung meines Kindes zusammensetzen?

Wie kann ich mein Kind für gesundes Essen und Trinken begeistern?

Welche Einkaufstipps gibt es, um sich in dem stetig wachsenden Lebensmittelschubel zurechtzufinden?

Sind Kinderlebensmittel wirklich so gut, wie sie in den Medien beworben werden?

Wenn's ums Essen ihrer Kinder geht, stellen sich Eltern oft solche und andere Fragen.

Mir als Diätologin liegt die Aufklärungsarbeit „rund um's gesunde Essen und Trinken“ bereits im Kindesalter sehr am Herzen.

Mit sehr praxisnahen Tipps, möchte ich Ihnen zeigen worauf Sie als Mutter/Vater ganz besonders achten sollten.

**Referentin:** Julia Giacomuzzi, diplomierte Diätologin u. ernährungsmed. Beraterin, Betreuerin der akuten Ernährungsberatungsstelle Schruns/Montafon

# Organisatorischer Ablauf

1. Thema und ReferentInnen aus der beiliegenden Liste aussuchen.
2. Mail an [wilma.loitz@kath-kirche-vorarlberg.at](mailto:wilma.loitz@kath-kirche-vorarlberg.at) oder 0664/2409215. Sie erhalten die Kontaktdaten des/der gewünschten Referent/in.
3. Kontaktaufnahme mit dem/der Referent/in und fixieren eines Termins.
4. Anmeldeformular ausfüllen und an die Projektleitung zurückschicken.
5. Sie erhalten eine Einladungsvorlage und Fragebögen per Mail und Antragsformulare für den Vorarlberger Familienpass per Post.
6. Die Veranstaltung findet statt.
7. Zurückschicken der Fragebögen und Antragsformulare Familienpass.  
Über Fotos von der Veranstaltung freuen wir uns.
8. Die Rechnung von 75.- Euro geht an die angegebene Rechnungsadresse.
9. Die/der Referent/in wird vom Katholischen Bildungswerk mit Unterstützung der Vorarlberger Landesregierung bezahlt.

Elternbildung liegt uns am Herzen. Gemeinsam können wir Eltern in ihrer Erziehungsaufgabe unterstützen. Wir freuen uns auf eine befruchtende Zusammenarbeit.

Das Elternbildungsteam des Katholischen Bildungswerks

