

Schlafen, Schlafstörungen

Grundlagen der Regulation und die Voraussetzungen fürs Schlafen besprochen. Was brauchen Kinder zum Ein- bzw. Durchschlafen? Es geht um die kindliche Schlafphysiologie und Erwartungen, bzw. um Hemmnisse für einen ruhigen Schlaf. Dazu gehört auch ein kleiner Exkurs zu kindlichen Ängsten.

Soziales Lernen

Grundlagen der sozialen Entwicklung in den ersten 4 Lebensjahren besprochen. Wir widmen uns den Fragen: Welche Hürden meistern Kinder auf dem Weg zur sozialen Kompetenz? Wie entwickelt sich Autonomie und Empathie? Was können Kinder selbst regulieren und wo brauchen sie Unterstützung? Grundlage für die Diskussion ist das Zürcher Modell (Norbert Bischof).

Trotz

Definition, Ursachen und Bedeutung von Trotz. Anhand der Autonomieentwicklung (Trotz) wird erarbeitet, welche Art von Begleitung Kinder brauchen um sozial kompetent zu sein, Gefühle zu kontrollieren und Empathie zu entwickeln.

Geschwister – zwischen Liebe und Rivalität

Besonderheit der Geschwisterbeziehung: Was macht diese Beziehung so besonders? Wie kann Bonding entstehen und welche Rollen nehmen Kinder im Familiensystem ein? Außerdem geht es um Eifersucht, Neid und Aggressionen

Dein Kind ist plötzlich Bruder oder Schwester geworden und das ist manchmal gar nicht so einfach? Es gibt manchmal Neid und Eifersucht – dabei habt ihr euch alle gemeinsam so sehr darauf gefreut? In diesem Workshop entführen Cindy und ich euch in die Geschwisterwelt: Was macht diese Beziehung so besonders? Wie kann Bonding entstehen und welche Rollen nehmen Kinder im Familiensystem ein? Außerdem zeigen wir euch, wie ihr mit Eifersucht, Neid und Aggressionen umgehen und euer Kind unterstützen könnt.

Bedarf und Bedürfnisse – Mangel und Überfluss

Bedürfnisbefriedigung: Bedürfnisse sind nicht verhandelbar. Es werden die verschiedenen Stufen menschlicher Bedürfnisse dargestellt. Wir widmen uns den Fragen: Was fehlt Kinder, die alles haben? Warum verausgaben wir uns bei der Erfüllung kindlicher Bedürfnisse? Warum ist es so schwierig Kinder zufrieden zu stellen, obwohl Sie schon viele gute Vorsätze zur Erziehung getroffen und zahlreiche Ratgeber gelesen haben? Welche Bedürfnisse gibt es eigentlich und wie unterscheidet man sie von einem Wunsch? Ziel des Seminars ist es, Ideen zu entwickeln, wie wir Kinder nachhaltig zufrieden stellen.

In einem zweiten Teil geht es um unsere eigenen Bedürfnisse. Wie versorgen wir sie, welche maßgeblichen Bedürfnisse wurden uns erfüllt und welche erfüllen wir und – und was hat das mit der Begleitung unserer Kinder zu tun.

Agressionen – was bedeuten sie bei Kindern?

In diesem Seminar geht es um die verschiedenen Formen der Aggression. Wir beschäftigen uns mit den Fragen wozu wir Aggressionen brauchen, wie sie sich entwickeln und welche Auslöser es für sie gibt? Anhand von Beispielen erörtern wir den Umgang damit und Hemmungsmechanismen für Aggressionen.

Kinder und Ängste

Ein Workshop über entwicklungsbedingte und erziehungsbedingte Ängste, ihre Ursachen und der Umgang mit ihnen. Außerdem stelle ich mich der Frage, was ein Lebenschnitt, ein starker Umbruch wie eine Pandemie mit dem Leben unserer Kinder macht und welche Ängste dadurch geschürt werden.

Bindungen – ein Lebenslauf

Grundlagen der Bindungstheorie – wie entwickeln sich gut gebunden bzw. schlecht gebundene Kinder, welche Auswirkungen gibt es auf den Kindergarten, Schulzeit, Freundschaften, Partnerschaft oder auch Elternschaft?

Kaiserschnitt

Über den anderen Weg ins Leben: macht es einen Unterschied wie wir zu Welt kommen? Auswirkungen und Einflüsse einer Kaiserschnittgeburt

Wut, Geschrei und andere starke Gefühle

Über intensive Gefühle von Babys und Kindern und ihren Umgang damit

Mütter und Schuldgefühle

Über Schuldgefühle, ihre Ursachen und Auswirkungen und den Umgang damit

ADHS – ist das jetzt schon ADHS?

Ein Workshop über herausfordernde Kinder, über Ritalin, die Ursachen von ADHS und Wege jenseits von Medikamenten.

Lob + Belohnung + Konsequenz + Strafe

Ein Workshop über innere und äußere Motivation, über Bewertungssysteme und die Auswirkungen von Lob, Belohnung, von Konsequenzen und Strafen auf das Selbstbild und intrapsychische Vorgänge der Kinder. Wir widmen uns der Frage, wie sinnvoll diese Methoden sind und ob es Alternativen dazu gibt.

Autonomie und Spielkompetenz

In diesem Workshop stelle ich kurz theoretisch die Entwicklungsbedingungen für Autonomie vor und ermögliche dann einem Raum sich spielerisch dem Konzept meines Malkurses „Bindung und Autonomie“ zu nähern, verschiedene Perspektiven einzunehmen und in die Welt der Kreativität einzutauchen.

Er + Sie + Es

In diesem Workshop geht es um die Geschlechterrollen und -identitäten. Ich kläre über die Entwicklung verschiedener Identitäten auf und beleuchte die Fragen, inwieweit erwachsene Begleiter, Erzieher, Bezugspersonen die Rolle des Kindes prägen, einschränken oder auch den Raum für vielfältige Erfahrungen öffnen um den Kinder die Möglichkeit zu geben ihr selbst zu entdecken.

Erziehung prägt Gesinnung

Ein Workshop über die Auswirkungen und Wirkung der Erziehung – zu Hause und in Einrichtungen - auf die Toleranz sowie die Entwicklung von Mitgefühl, sozialem Bewusstsein und Miteinander.

Wenn Kinder lügen

Ein Workshop über Moral, Werte und Kinder, die lügen. Kennt ihr diesen Moment, in dem ihr erkennt, dass euer Kind euch zum ersten Mal angelogen hat? Eigentlich dachtet ihr, euer Kind würde euch immer die Wahrheit sagen und dann...? In einem kurzen Blick auf die kindliche Entwicklung erkläre ich, ab wann Kinder lügen können, warum sie lügen und wir gehen auf die Perspektive der Erwachsenen ein.

Stressbewältigung in der Familie

Wusstest du, dass 20 % der Unter-zweijährigen einen erhöhten Cortisolspiegel haben? Und jede dritte elfjährige Schlafprobleme hat? Unsere Volkskrankheit „Stress“ macht auch vor unseren Familien und Kinder nicht Halt. Langanhaltender Stress schwächt unser Immunsystem und schadet der Gesundheit.

In diesem Workshop möchte ich euch ein paar einfache Möglichkeiten zeigen, Stress zu erkennen und ihn zu reduzieren. Für ein entspannteres Miteinander im Familienalltag.

Kommunikation in der Familie

Man kann nicht nicht kommunizieren. In jedem einzelnen Moment kommunizierst du: mit dir selbst und mit anderen. Mit deiner Art der Kommunikation schaffst du Beziehung zu deinem Partner oder deiner Partnerin und zu deinen Kindern.

Ich zeige dir die wesentlichsten Elemente der Kommunikation und wie du wirkungsvoller mit deinem Partner und deinen Kindern kommunizieren kannst.

Gesunder Alltag in der Familie

Kennst du das: du bist zwischen deinen eigenen Bedürfnissen und denen deiner Kinder zerrissen? Fragst du dich manchmal, wie du allem gerecht werden kannst?

In diesem Workshop verschaffe ich dir einen Überblick über die Bedürfnisse und Rhythmen der Kinder – an welchen Stellen kannst du deinen Alltag vereinfachen? Wie kannst du Wunsch und Bedürfnis unterscheiden? Was braucht dein Kind für eine gesunde Entwicklung und wie kannst du die Rhythmen der Kinder nutzen?

Bindungsstörungen

In diesem Tagesseminar geht es um die Bedeutung und Grundlagen der Bindung. Was brauchen Kinder, um eine sichere Bindung aufzubauen – und wie können wir Kinder unterstützen, die keine sichere Bindung erlebt haben. Bindung dient als Voraussetzung für seelische und körperliche Gesundheit und ist vor ALLEN anderen Dingen schützens- und förderungswert. Daher wird es auch darum gehen, wie wir Eltern beim Bindungsaufbau unterstützen können und Kinder mit Bindungsstörungen in der Fremdbetreuung begleiten können.

Kommunikation mit Eltern

Man kann nicht nicht kommunizieren. In jedem einzelnen Moment kommunizierst du: mit dir selbst und mit anderen. Mit deiner Art der Kommunikation schaffst du Beziehung! Du kannst Mauern einreißen oder welche erbauen. In diesem Tagesseminar geht es um die wichtigsten Bausteine der Kommunikation. Wie kannst du mit Eltern kommunizieren, auch wenn ihr nicht einer Meinung seid? Wie kannst du Vertrauen und Nähe erschaffen, auch wenn dein Gegenüber „schwierig“ ist? Wie kannst du deine Kommunikation aktiver und klarer gestalten?
