

# Elterntraining „Stark“

Für Nürnberger Mütter und Väter von Kindern im Alter von 5 bis 12 Jahren

Das Elterntraining „Stark“ unterstützt Nürnberger Mütter und Väter, ein gutes Familienklima mit wenig Spannungen aufzubauen, unabhängig von der Familienform (ob alleinerziehend, Patchworkfamilie, vollständige Familie) und der Anzahl der Kinder. Dazu trägt z.B. bei, Familienregeln gemeinsam aufzustellen, eine ausgeglichene Wochenstruktur im Blick zu haben, die Kinder „richtig“ und angemessen zu loben und allgemein ihre Selbstständigkeit zu fördern. Die Erziehung zur Selbstständigkeit hilft in vielen Bereichen, auch bei den Hausaufgaben und beim Lernen und fördert das Selbstvertrauen der Kinder. Im Elternkurs gehen wir auch auf die schwierigen Themen Medienkonsum, Mitarbeit der Kinder im Haushalt und Umgang mit Geld ein.

Darüber hinaus erarbeiten wir mit Ihnen umsetzbare Lösungen für den Umgang mit Alltagskonflikten und bei Grenzsetzungen. Auf der Grundlage eines Films stellen wir gemeinsam Überlegungen an, wie Sie zuhause aus sogenannten „Eskalationsfällen“ und der „Brüllfälle“ aussteigen können.

Kleingruppenarbeit wechselt mit Gruppengesprächen ab und es gibt konkrete Anregungen und Aufgaben für zuhause. Sie bekommen eine übersichtliche Kursmappe. Die vier Kursteile bauen aufeinander auf, weshalb es sinnvoll ist an allen 4 Kursterminen Zeit zu haben.

**Veranstaltungsort:** Erziehungs- und Familienberatungsstelle „Mammut“  
Schoppershofstraße 25, 90489 Nürnberg

**Leitung:** Eva Rhode, Dipl.-Psychologin

**Teilnehmer:** maximal 6 Eltern

**Kosten:** keine

**Starttermin** Montag, 04.11.2024, immer 14.00 Uhr – 16.15 Uhr

**Folgetermine** 11.11.2024, 18.11.2024, 25.11.2024

**Anmeldung:** Ab sofort telefonisch oder über unser Kontaktformular im Internet - Ihre Daten gelangen über eine sichere Verbindung zu uns. Vorgespräch nach Vereinbarung.  
Telefon 09 11 / 2 31-29 85

[www.erziehungsberatung.nuernberg.de](http://www.erziehungsberatung.nuernberg.de)