

- Bamberg
- Burgebrach
- Hallstadt/Scheßlitz
- Hirschaid

Kurs „Kess-erziehen“ bietet Ermutigung und Hilfestellung für den Erziehungsalltag

Eltern erziehen besser

Voll des Lobes waren die Teilnehmerinnen des Elternkurses „Kess-erziehen“ im Pfarrzentrum St. Leonhard in Breitengüßbach, als sie am letzten der insgesamt fünf Abende gemeinsam zurückblickten: „Ein Kurs, der sich gelohnt hat und für viele Eltern interessant war“ oder „Ich bin sensibilisiert worden im Umgang mit meinen Kindern“ waren Resümees der Teilnehmer. Zwei andere Mütter meinten „Es ist gut zu wissen, dass es anderen Eltern auch so geht“ und „Ich fühle mich durch den Kurs bestätigt.“

Dieser Kurs, in 2009 bereits der siebte vom Familienbund der Katholiken und Katholischer Elternschaft Deutschlands im Erzbistum Bamberg, war auf Wunsch der Eltern-Kind-Gruppe Breitengüßbach zustande gekommen; teilnehmen konnten aber auch andere Interessierte.

Fünf Abende

„Jeder Kurs ist etwas anders, etwas Individuelles“, meint die Kursleiterin Carmen Stappenbacher, „trotz des festen Aufbaus: fünf Abende mit je einem Thema. Denn nicht ich, sondern die Eltern sind die besten Experten im Umgang mit ihren Kindern.“ Deshalb bringen sich die Eltern oft in den Kurs ein, tauschen positive und negative Erfahrungen aus ihrem anstrengenden Erziehungsalltag aus, diskutieren und lachen miteinander und versuchen, mit Unterstützung der Kursleitung eingefahrene Verhaltensmuster an sich sowie den anderen zu erkennen und aufzubrechen, um bei künftigen Konflikten bewusst und angemessen zu handeln.

Erziehung ist heute schwierig geworden. Mit Kindern respekt-

voll, partnerschaftlich umzugehen und ihnen dabei die nötigen Grenzen zu setzen ist ein Balanceakt, der nicht leicht fällt. Die „Kess“-Kurse wollen einen demokratisch-respektvollen Erziehungsstil fördern und laden Eltern ein, im Erziehungsalltag innezuhalten, um auf die Beziehung zu ihren Kindern und deren Stärken zu schauen.

In fünf zweistündigen Einheiten erfahren die Teilnehmer, welche sozialen Grundbedürfnisse Kinder haben, was hinter störenden Verhaltensweisen ihrer Kinder stecken kann und wie sie in einer Konfliktsituation sinnvoll reagieren können. In Rollenspielen erleben sie verschiedene Möglichkeiten, Konflikte zu entschärfen und Probleme gemeinsam mit den Kindern zu lösen.

Die Eltern werden aber auch ermutigt, auf sich und ihre Bedürfnisse zu achten. Denn nur zufriedene, ausgeglichene Menschen können ihren Kindern eine positive Lebenseinstellung vermitteln sowie Grundvertrauen und soziales Empfinden weitergeben. Dies sind zentrale Aspekte des christlichen Menschenbildes und Grundvoraussetzung einer reifen Religiosität.

Im Pfarrzentrum Breitengüßbach beginnt der letzte Kursabend wieder mit einer Reflexion: Wie ist es in der vergangenen Woche gelaufen? Wie bin ich mit Konflikten umgegangen? Die Mütter sitzen im Stuhlkreis und erzählen ohne Scheu von sich, von Rückschlägen und Fortschritten.



Gemeinsam besprachen die Eltern mit Kursleiterin Carmen Stappenbacher an fünf Abenden die aufgeworfenen Fragen zur Erziehung ihrer Kinder. Foto: Eva Lederer

„Dieses Mal war ich beim Sonntagsessen geduldiger mit meinen Kindern am Tisch gesessen – es gab weniger Konflikte!“ erzählt eine Mutter. Eine andere berichtet, wie es ihr gelungen ist, in einer Stresssituation bewusst herunterzufahren, ruhig zu bleiben und nicht wie früher gleich loszudonnern.

Mit Sorgen nicht allein

Die Kursleiterin freut sich über die vielen positiven Rückmeldungen, bei negativen Erfahrungen greift sie einfühlsam ein und gibt Ratschläge. Auch andere Teilnehmerinnen melden sich mit Rat zu Wort. Man diskutiert, scherzt und merkt, dass man mit seinen Sorgen nicht alleine ist.

Der Elternkurs „Kess-erziehen“ wurde von Pädagogen, Theologen und Psychologen aus der Erzdiözese Freiburg, basierend auf der Individualpsychologie

von Alfred Adler, entwickelt. Er wendet sich an Mütter und Väter mit Kindern zwischen zwei und zwölf Jahren. Es wird eine Kursgebühr erhoben, dafür gibt es ein Elternhandbuch gratis mit vielen Informationen, Zusammenfassungen und Anregungen für zu Hause.

Organisiert und finanziell unterstützt werden die Erziehungskurse auch vom Familienbund der Katholiken und der Katholischen Elternschaft im Erzbistum Bamberg. Der KED-Diözesanbeauftragten Beatrix Funk geht es mit den Kursen darum, Eltern in ihrer Erziehungskompetenz zu stärken: „Es gibt einen starken Trend zur außerhäuslichen Erziehung. Viele Eltern sind verunsichert und glauben, dass professionelle Kräfte ihre Kinder generell besser erziehen als sie selbst – und das ist falsch!“

Eva Lederer