



## Herzliche Einladung

an Väter und Mütter und ebenso an Großeltern, Elterngruppen, Leitungen von Eltern-Kind-Gruppen, ... an alle, die gerne für den Familienalltag und das Leben mit Kindern dazulernen möchten:

## Family Skills – Online-Elternteraining

Bleiben Sie mit den Herausforderungen des Familienalltags nicht alleine!

Mit dem Online-Elternteraining „Family Skills“ geben wir Ihnen anhand ermutigender Impulse und Anregungen von Fachleuten die Möglichkeit, Ihren Familienalltag zu verschiedenen Themen zu reflektieren, Neues aufzunehmen und das Gelernte gut in Ihrem Familienalltag umzusetzen.

Zu jedem Impulsvormittag schalten Sie sich von zu Hause aus zu (wir nutzen Zoom). Es erwarten Sie jeweils 1,5 h Input zum Thema, mit praktischen Übungen, die Sie anschließend in Ihrem Alltag umsetzen können.

[www.ignis.de](http://www.ignis.de)

Bildnachweis © Pixabay 5574909 (natik\_1123) + 5141332 (Jessica Morley)

IGNIS Akademie  
Glaube. Psychologie. Leben  
Kanzler Stürtzel-Str. 2 · 97318 Kitzingen  
Tel. +49 (0)9321 1330-0  
[info@ignis.de](mailto:info@ignis.de) · [www.ignis.de](http://www.ignis.de)

Wir glauben, dass mit Gottes Hilfe Leben besser gelingt. Und wir glauben, dass mit psychologischer Reflexion Glauben besser gelingt.

Seit mehr als 30 Jahren arbeiten wir mit Begeisterung und fachlich fundiert an einer fruchtbaren Verbindung von Glaube und Psychologie. Unsere Erfahrung geben wir an alle weiter, die beruflich oder ehrenamtlich für Menschen da sein wollen.

## Referentinnen



Katrin Kroll arbeitet psychotherapeutisch mit Kindern, Jugendlichen und Familien und ist als Supervisorin für pädagogische Einrichtungen tätig.



Julia Männel ist Diplom-Psychologin und Mediatorin. Sie arbeitet als Beraterin und Trainerin an der Uni Hannover.



Sabrina von Hopffgarten, Christliche Psychologie (IGNIS), ist Erzieherin, Erlebnispädagogin und arbeitet HPG psychotherapeutisch mit Kindern, Jugendlichen und Familien.

## Wir freuen uns auf Ihre Anmeldung!

### Seminarleitung:

Susanne Krieger | [susanne.krieger@ignis.de](mailto:susanne.krieger@ignis.de)

### Kontakt/Anmeldung:

Andrea Schwalb, IGNIS Akademie  
Tel.: +49 (0)9321 1330-0 | [andrea.schwalb@ignis.de](mailto:andrea.schwalb@ignis.de)

Online - Elternteraining  
Juni 2024



Entwicklungsstapen meistern.

Mit Aggression umgehen.  
Familienkonflikte lösen.

**Family Skills**  
Ein Online-Elternteraining

**IGNIS Akademie**  
GLAUBE. PSYCHOLOGIE. LEBEN.

## Themen

### 1) Alltagshelden an der Schwelle:

#### Entwicklungsetappen meistern

Zu den Heldentaten des Alltags gehört es, Entwicklungsschritte zu schaffen. Und als Erziehungspersonen wollen wir Kinder und Jugendliche in herausfordernden Entwicklungsschritten gut beistehen und sie in Krisen nicht alleine lassen.

Dieser Impuls hilft Ihnen, Entwicklungsetappen gut einzuschätzen und zu begleiten und dabei selber Ihre Kraft und Ausgeglichenheit zu behalten.

### 2) Turbulente Stürme:

#### Mit Wut und Aggression im Alltag umgehen

Wut und Aggression wecken schnell spontane Abwehr und eine ähnliche Gegenreaktion. Doch wichtig ist, diese Emotionen zu verstehen, zu würdigen und gut damit umzugehen, statt sich im Alltag davon überrollen zu lassen.

Wir erproben einen IdeenKoffer mit praktischen Aktionen und Anregungen, um Kindern neue Wege im Umgang mit ihren Emotionen zu ermöglichen.

### 3) Der ganz normale Alltagswahnsinn:

#### Mit klarer Kommunikation Konflikte entschärfen

Im Alltag fällt es oft schwer, die Bedürfnisse aller Familienmitglieder unter einen Hut zu bekommen. In diesem Impuls geht es darum, wie der herausfordernde Familienalltag durch wertschätzende (gewaltfreie) Kommunikation leichter und friedvoller wird. Sie werden mit den 4 Schritten und der Haltung der gewaltfreien Kommunikation vertraut gemacht.

### 4) Sie kommen zu Wort:

#### Austausch und Übung in Kleingruppen

Wie sind Ihre Erfahrungen mit den drei vorgestellten Themen und Handlungsstrategien?

In dieser interaktiven Einheit können Sie konkrete Fragen und Herausforderungen aus Ihrem Alltag einbringen und wir üben die vorgestellten Methoden und Strategien unter fachlicher Anleitung.

## Termine + Themen

Jeweils von 9:30-11:00 Uhr

### Dienstag, 04.06.24 (Seminartermin)

Alltagshelden an der Schwelle: Entwicklungsetappen meistern

### Dienstag, 11.06.24 (Seminartermin)

Turbulente Stürme: Mit Wut und Aggression im Alltag umgehen

### Dienstag, 18.06.24 (Seminartermin)

Der ganz normale Alltagswahnsinn: Mit klarer Kommunikation Konflikte entschärfen

### Dienstag, 25.06.24 (Austauschtermin)

Fragen, Austausch und Übungen in Kleingruppen mit fachlicher Anleitung.

**Wir empfehlen, alle vier Termine wahrzunehmen und gleich gemeinsam zu buchen.**

## Durchführung

Für die Online-Übertragung nutzen wir Zoom. Der Zoom-Zugangslink wird Ihnen per E-Mail rechtzeitig vor den Terminen zugeschickt. Der Zoom-Raum wird jeweils ab 09:15 Uhr geöffnet sein.

Organisieren Sie sich für die Family-Skills-Vormittage möglichst eine Kinderbetreuung. Dann können Sie entspannt teilnehmen!

## Melden Sie sich an...

...und gönnen Sie sich einen kleinen, wertvollen Zwischenstopp, um mit neuen Impulsen den Familienalltag mutig zu meistern!

## Das Wichtigste in Kürze

- Ein bis vier inspirierende Vormittage zu Themen des Familienalltags
- Je 1,5 Stunden thematische Impulse und praktische Übungen
- Teilnahme:** Online-Training über Zoom
- Kosten:** 20,- € / einzelner Seminartermin  
35,- € / Austauschtermin  
55,- € / Paketpreis Termine 1-3  
80,- € / Paketpreis Termine 1-4

## Anmeldung „Family Skills“

- 04.06.24
- 11.06.24
- 18.06.24
- 25.06.24
- Paket 1-3
- Paket 1-4

Bitte Zutreffendes auswählen!

Anmeldung an [info@ignis.de](mailto:info@ignis.de) oder direkt [online](#).



Vorname, Nachname
Straße
Postleitzahl, Ort
E-Mail
Telefon
<small>Ich akzeptiere die allgemeinen Geschäftsbedingungen der IGNIS Akademie (<a href="http://www.ignis.de/agb">www.ignis.de/agb</a>) und stimme der Nutzung meiner Daten nach den Vorgaben der DSGVO zu.</small>
Datum, Unterschrift