

# Leitfaden für stressfreien Alltag mit den Kindern

Arbeitskreis Familie des Kasseler Pfarrgemeinderats bietet „Kess“-Kurs an / Impulsvortrag zum Auftakt

Bleibergemünd-Kassel (nu). „Erziehung will gelernt sein“ - dabei unterstützen will der „Kess“-Kurs, den der Arbeitskreis Familie des Kasseler Pfarrgemeinderats anbietet. In einem Impulsvortrag gab Kursleiterin Karin Gillig-Möller, Pädagogin und psychologische Beraterin, einen ersten Einblick in den fünfteiligen Kurs, der rund ums Thema Kindererziehung Fragen beantworten und einen Leitfaden für einen stressfreien Alltag mit dem Nachwuchs aufzeigen soll.

Andrea Böcher und Gabi Hau begrüßten im Pfarrheim rund 20 Mütter sowie einige Väter. Die Arbeitsgemeinschaft für katholische Familienbildung bietet in Zusammenarbeit mit dem Familienreferat im Erzbischöflichen Seelsorgeamt Freiburg das Elternkurskonzept „Kess-erziehen“ an, berichtete Böcher. Dieses Konzept basiere auf der Individualpsychologie von Alfred Adler.

Der Kurs soll praktische An-

regungen für den Erziehungsalltag vermitteln und das Zusammenleben mit Kindern erleichtern. Der Name „Kess“ stehe für kooperativ, ermutigend, sozial und situationsorientiert. „Es gibt nicht nur eine Lösung, jeder solle offen bleiben und situationsgerecht entscheiden“, erklärte die Kursleiterin. Es gebe nicht nur die eine Wahrheit, sondern alles aus diversen Perspektiven. Das belegte Gillig-Möller anschaulich mit der konkreten Beschreibung, was ein jeder aus seiner jeweiligen Sicht auf einem Schuhkarton sehen konnte: „Deshalb ist es gut, aus jeder eigenen Situation das Beste zu machen.“

Danach richteten die Eltern den Blick zurück in ihre Kindheit. Die damals angestrebten Zielsetzungen ihrer eigenen Eltern betrachtend, waren sie sich bald einig: „Da waren brave Mädchen und nicht weinende Buben, sondern kleine harte Männer gefragt sowie Gehorsam und gute Noten.“ Heute habe sich dies geändert, und

die neuen Prämissen lauteten unter anderem Selbstbewusstsein, gute Bildung und Respekt.

Als wichtig bezeichnete Gillig-Möller, die Fragen „Was wollen wir weitergeben?“ und „Was wollen wir mit unseren Handlungen bewirken?“ zu fokussieren. Nach den ersten Erläuterungen durften die Eltern im Laufe des Info-Abends „spielen“. Dafür schlossen sie die Augen, erinnerten sich an Erlebnisse ihrer Kindheit und beschrieben anschließend ihre Gefühle von damals. Das Resultat war eine Liste der in der Steinzeit geprägten sozialen Grundbedürfnisse wie Sicherheit und Geborgenheit, Spaß, Gemeinschaft und familiärer Zusammenhalt. Aber auch Abenteuer, Erfolg und Zutrauen, die auch heute noch unverändert ihre Gültigkeit haben.

Der Kess-Kurs wird den Teilnehmern an fünf Abenden zwischen Oktober und November zu verstehen geben, wie Eltern mit ihren Kindern in einem Alter von zwei bis 12 Jahren ohne



Andrea Böcher, Karin Gillig-Möller und Gabi Hau (von links) beim Impulsvortrag „Kess-erziehen“.  
(Foto: Heinrich)

Schimpfen, endlose Diskussionen oder Machtkämpfe eine stabile Beziehung aufbauen können. Im Kurs soll jeder eine Rolle übernehmen, probieren, wie man sich selbst in verschiedenen Situationen fühlt und den Perspektivwechsel üben. Dabei sollen fünf Schwerpunkte aufgerollt werden: Das Kind sehen und seine sozialen Grundbedürfnisse

achten, seine Verhaltensweisen verstehen und angemessen reagieren sowie Kinder ermutigen und ihm die Folgen des eigenen Handelns zumuten. Ferner sollen die Teilnehmer lernen, Konflikte zu entschärfen und Probleme zu lösen sowie die Selbstständigkeit ihrer Kinder zu fördern und die Kooperation zu entwickeln.

6.12.17.10.2013