

Familienbildung
Auer Schulstr. 20
42103 Wuppertal
www.bergische-vhs.de
Anmeldung : 0202-5632607

Stress im Familienalltag

ressourcenorientiertes Selbstmanagement für Eltern und pädagogische Fachkräfte

Alle Eltern lieben ihre Kinder und alle Eltern wollen nur das Beste für ihr Kind. Die gesellschaftlichen Veränderungen in den letzten 25 Jahren - Digitalisierung und Leistungsdruck - können auch die stärksten Eltern an die Grenze ihrer Belastbarkeit bringen. An diesem Abend wird thematisiert, was Sie tun können, um sich im stressigen Familienalltag nicht zu verlieren. Sie bekommen Tipps, wie Sie der Hamsterrad-Falle entkommen können.

Folgende Fragestellungen werden behandelt:

Was brauchen Kinder?

Wie gefährdet Stress der Eltern eine gesunde Entwicklung von Kindern?

Welche Ressourcen bietet die Psyche?

09.11.2021, Auer Schulstr. 20 (Wuppertal-Elberfeld),
Di., 18:30 – 20:45 Uhr, 1*, 3 Ustd., Natalie Langosch
10,00 EUR, 33-1227w@221

ONLINE: Die Eingewöhnung gestalten

praktische Hilfestellungen und Anregungen für die Eingewöhnungsphase

Der Schritt in Richtung Kindertagespflege oder Kita ist ein spannendes Ereignis: Neue Bezugspersonen für die Kinder, ein anderer Tagesablauf, eine neue Umgebung und der Kontakt mit anderen Kindern. Das bedeutet für das Kind eine Trennung von Vertrautem und Bekanntem, denn es muss sich von den Eltern, von bekannten Räumen, Gewohnheiten und Ritualen lösen. Es entstehen viele neue Eindrücke, die es zu verarbeiten gilt.

Sie erhalten in dieser Veranstaltung Tipps und Anregungen zu den folgenden Fragestellungen:

Was ist wichtig für die Vorbereitung? Wie kann der Prozess unterstützt werden? Was brauchen die Kinder für den Übergang?

23.11.2021, Online
Di., 18:00 – 20:15 Uhr, 1*, 3 Ustd., Melanie Unthan
10,00 EUR, 33-1228w@221