KEB Katholische Erwachsenenbildung in Stadt und Landkreis Passau e.V.

# Die Trotzphase gut meistern

**Vortrag**

**Do 14.03.2024, 19.00 Uhr**

Für Eltern ist die Trotzphase oftmals: nervig, anstrengend und manchmal auch peinlich.
Auch Eltern verspüren mitunter selbst heftige Wut und Gefühle von Ohnmacht.

Für Kinder ist diese Entwicklungsphase immens wichtig: lernen sie doch vermehrt in dieser Zeit ihren eigenen Willen zu entdecken und immer selbständiger zu werden. Die Trotzphase ist der erste, entscheidende Ablöseprozess, besonders von den nahestehendsten Bezugspersonen.

Nun ist aber diese Phase geprägt von heftigen Wutausbrüchen. "Ich will aber! Ich kann das alleine! Neinnnnnn!..." Wie am besten damit umgehen, um einerseits die wichtige Bestrebung nach Eigenständigkeit meines Kindes nicht zu sehr einzuschränken, um aber auch andererseits Regeln einzufordern. Es gibt viele wichtige Bausteine, die zu einer gelingenden und wertschätzenden Erziehung beitragen und die uns zeigen, wie wir am besten mit diesen Gefühlsausbrüchen umgehen können.

An diesem Abend legen wir unser Augenmerk zum Einen auf das Fundament der Erziehung, nämlich unsere Grundhaltung, die Stärkung unserer Beziehung zueinander und die Fürsorge für sich selbst, wir lernen aber auch Methoden kennen, wie wir präventiv handeln können, um Konflikte zu reduzieren und wie wir auf Wutausbrüche gut und emotional intelligent reagieren können, damit wir als Familie gestärkt aus dieser -oft anstrengenden- Autonomiephase hervorgehen.

Referentin: Sandra Feldschmid, FamShip Elterncoach, zert. ProfiTeamTrainerin, psychologische Lebensberaterin

**Ort**
Haarbach, Haus der Kinder St. Martin, Schulstr. 14

**Referentin**
Sandra Feldschmid, FamShip Elterncoach, zert. ProfiTeamTrainerin, psychologische Lebensberaterin

**Kosten**
kostenfrei

**Anmeldung**
nicht erforderlich

**mehr Infos & Anmeldung**

VÖ: 2024-07-09 12:54:30

Tel. (0851) 393-4501
keb.passau@bistum-passau.de
www.keb-passau.de