

ABENTEUER FAMILIE

FAMILIE – EINE LEBENSAUFGABE



mein | unser Beruf Eltern
MUBE



Freude genervt getragen hilflos beschwingt besorgt dankbar Wut entspannt
Angst stark Kontrolle **Sicherheit** rastlos hässig Liebe verärgert selbstbewusst
 verletzt Vertrauen müde glücklich sein leer lustvoll durstig Freude genervt dank-
 bar **Wissen** entspannt Wut Angst Stärke enttäuscht Sicherheit rastlos
 Liebe verärgert selbstbewusst **verletzt** Vertrauen müde glücklich sein über-
 lastet lustvoll **gelassen** genervt getragen verloren dankbar hilflos beschwingt
 besorgt entspannt Ärger Wut Glück Angst stark enttäuscht Sicherheit Liebe **ver-
 ärgert** selbstbewusst verletzt Freude **HANDELN**
 Vertrauen müde glücklich sein

Erziehung ist Beispiel und Liebe, sonst nichts. *Erich Fröbel*

Vom Wissen zum Handeln

Haben Sie sich auch schon schlaue darüber gemacht, wie die Erziehung Ihrer Sprösslinge besser gelingen könnte? Vielleicht haben Sie schon das eine oder andere Buch von Jesper Juul oder Remo Largo gelesen. Allenfalls blättern Sie in Elternmagazinen oder finden Ideen im Internet, wie Sie Ihren Erziehungsstil passend verändern könnten. Bestimmt nutzen Sie Ihr angeeignetes Wissen, Ihre Erfahrung und Gehörtes, also alles, was Sie in Ihren Wissensrucksack gefüllt haben.

Der Wunsch, alles „richtig“ zu machen, ist bei vielen Eltern täglich präsent. Die Momente im Erziehungsalltag, die weniger gut laufen, sind uns außerordentlich bewusst. Wir engagieren uns, reiben uns auf, erklären, behalten die Kontrolle, setzen Grenzen und bei alledem versuchen wir zu vermeiden, uns wie ein Polizist zu fühlen. Wir sind gefordert, immer aus dem Moment heraus adäquat zu handeln.

Ich erzähle Ihnen gerne ein Beispiel aus meinem Familienleben. Ein Grossvater wandte sich vor ein paar Jahren im Dorfladen an mich, als ich gerade meine zwei quengelnden und nach Süßigkeiten schreienden kleinen Jungs am „Nasch-Gestell“ vorbei zu schleusen versuchte: „Sagen Sie nicht immer NEIN! Sagen Sie mit gutem Gewissen öfter JA!“ Wow, der hat Nerven, dachte ich im ersten Moment. Im zweiten Moment und bis heute denke ich, dass er Recht hatte. Es ist wohltuend, sich innerlich zurückzulehnen, tief durchzuatmen und gelassener zu reagieren. Dennoch kommen uns Eltern Zweifel auf, ob wir leichtfertig oder gar verantwortungslos handeln.



Wenn du das Leben begreifen willst, glaube nicht, was man sagt und was man schreibt, sondern beobachte selbst und denke nach.

Anton Tschechow

Das Positive sehen

Was läuft eigentlich erfreulich und harmonisch in Ihrem Erziehungsalltag? Die Kinder zeigen es uns auf: Eine liebevolle Umarmung, ein Lächeln, ein Kompliment für das Essen und all das, was sie eigenverantwortlich gelernt haben. Sehen wir das Positive, klopfen uns anerkennend auf die Schulter und spüren, wie stolz wir auf unsere Kinder sind.

Wir wissen, dass dieses Gefühl motivierend für eine entwicklungsfördernde Beziehung zu unseren Kindern ist. Wir wissen auch, dass wir für die Kinder am wertvollsten sind, wenn wir uns wohl und glücklich fühlen. Nur, wie sollen wir unsere Erwartungen und das, was wir Wissen mit unserem Gefühl vereinbaren?

Der innere Prozess

Als Mütter und Väter sind wir im Familienalltag besonders gefordert. Wir sollen unser verstandesmässiges Wissen mit dem, was wir mit dem Herzen spüren in Einklang bringen. Manchmal fühlen wir uns dabei allein und unfähig, all das zu tun, was wir uns vorgenommen haben. Diese Erkenntnis teilen viele Eltern.

Wir sind in einem ständigen inneren Prozess und reifen mit jedem Tag mehr zu starken Müttern und Vätern. Zusammen mit den Kindern. Wir müssen darauf vertrauen, dass wir Neues lernen und anwenden, um so zu unentbehrlichen Begleitern und Unterstützern für unsere Kinder zu werden.

Passend dazu empfehle ich gerne unseren 3. Newsletter von Anfang 2016 zum Thema Intuition: Es ist unsere Aufgabe, uns selber zu spüren. Dann wissen wir aus dem Bauch heraus, was zu tun ist. Haben Sie den Mut Ihrem Gefühl zu vertrauen.

Vom Wissen zum Handeln

Wir ermutigen Sie, in diesem Newsletter auf der dritten Seite zu stöbern und sich für einen Kurs oder Workshop anzumelden. Erleben Sie den wegweisenden Austausch unter Eltern, erweitern Sie ihr Handlungsrepertoire und nähren Sie ihre Seele. Ganz besonders empfehlen wir unser neues Angebot der Erziehungs- und Beziehungsoase. Dort entdecken Sie Ihre inneren Ressourcen und begegnen der Herzintelligenz. Ebenso erfahren Sie mehr über Ihre Widerstandskraft und erleben Ihren persönlichen Seelenwellnesstag.

Bernadette Ledergerber, spielstarch, Wilen bei Wil

Eine Mutter aus dem letzten Kurs beschreibt es so:

„Ich erlebte einen Tag mit viel Lachen und bin mit einer stärkeren Selbstwahrnehmung, neuem Input und dem folgenden Satz im Kopf nach Hause gekommen: Das Ziel ist nicht, alles zu verändern, sondern zu wachsen.“

➔ Erfahren Sie mehr dazu auf:
<http://kinderagenda.ch/elternbildungskurs-ein-persoenerlicher-erfahrungsbericht/>



Kursprogramm 2017

Kurse in Wil

Hausaufgaben – ein täglicher Kampf <i>Referentin: Claudia Wiesli</i>	Dienstag, 5. September 20.00 – 22.00 Uhr
Kinder erfolgreich begleiten durch die Methode der Herzintelligenz <i>Referentin: Margrith Lenz</i>	Dienstag, 12. September 20.00 – 22.00 Uhr
Beziehungs- und Erziehungssoase <i>Referentinnen: B. Ledergerber und M. Lenz</i>	Samstag, 16. September 09.00 – 16.00 Uhr
Wege aus der Brüllfalle <i>Referentin: Margrith Lenz</i>	Donnerstag, 13. und 20. September 20.00 – 22.00 Uhr
Gelassenheit im Erziehungsalltag <i>Referentin: Margrith Lenz</i>	Dienstag, 19. September 20.00 – 22.00 Uhr
Als Grosseltern unterwegs <i>Referentin: Margrith Lenz</i>	Donnerstag, 26. Oktober 20.00 – 22.00 Uhr
Grenzen setzen – Freiräume geben <i>Referentin: Margrith Lenz</i>	Donnerstag, 9. November 20.00 – 22.00 Uhr

Weitere Kurse:

WIL:

Vom Taschengeld zum Jugendlohn Aula Mattschulhaus, Wil Organisation: ElWiS, <i>Referentin: Margrith Lenz</i>	Mittwoch, 6. September 19.30 Uhr – 21.30 Uhr
---	---

KALTBRUNN:

Als Patchworkfamilie unterwegs Kaltbrunn, <i>Referentin: Margrith Lenz</i>	Dienstag, 24. Oktober 20.00 Uhr – 22.00 Uhr
--	--

ST. MARGRETHEN:

Gelassenheit im Erziehungsalltag <i>Referentin: Margrith Lenz</i>	Dienstag, 2. November 20.00 – 22.00 Uhr
---	--

Weitere Informationen und Anmeldung unter www.berufeltern.ch oder Telefon 076 411 78 18

Vereinsmitglied, Gönner oder Sponsor werden

Starke und motivierte Eltern tragen zu einer gesunden Gesellschaft bei. Es ist unser Anliegen, Eltern, Grosseltern und Mit-erziehende in allen Familiensituationen für die täglichen Herausforderungen in der Erziehung zu sensibilisieren. Wir als Verein MUBE fördern die Anerkennung des wichtigsten Berufs in der Öffentlichkeit. Wir heissen Sie in unserem Verein als Sponsor, Gönner oder als Vereinsmitglied herzlich willkommen. Wir freuen uns, Ihnen unsere Unterlagen zustellen zu dürfen.

Einzelmitglieder Fr. 30.– / Familien Fr. 50.– / Kollektivmitglieder (Gruppen und juristische Personen) Fr. 100.–

Helfen Sie uns dabei! Als Mitglied informieren wir Sie laufend über unsere Vereinstätigkeit in Kursen und Referaten, in Weiterbildungen oder weiteren sozialen Aktivitäten. Weitere Informationen auf unserer Homepage: www.berufeltern.ch

Für Ihren Beitritt zu unserem Verein oder einem wertvollen Sponsorenbeitrag zu Gunsten meinlunser Beruf Eltern MUBE danken wir Ihnen herzlich und wünschen Ihnen eine erfüllende Zeit.



LandArt mit Kindern

Wer schon einmal eine Staumauer im Bach, ein Sandbild am Strand oder ein Zwergenhäuschen im Wald gebaut hat, der hat LandArt gemacht.

Das Wort kommt aus dem englischen und heißt Landschaftskunst. LandArt mit Kindern ist etwas Wundervolles. Es spricht alle Sinne an, weckt die Fantasie und hilft das Schöne der Natur wahrzunehmen. In Beziehung untereinander und mit der Natur machen Kinder bedeutende Erfahrungen und sind eins mit sich und ihrer Umwelt. Für LandArt werden vorwiegend unbelebte Pflanzenteile verwendet.

Workshopleiterin:

Bernadette Ledergerber
9535 Wilen

Weitere Informationen:
info@berufeltern.ch

Ein einfaches LandArt-Spiel heisst Tic-Tac-Toe und entsteht mit Stecken, aus denen man ein Quadrat mit neun Kammern legt. Jeder Spieler sucht sich drei Steine in einer Farbe und schon geht's los. Abwechslungsweise ein Stein in ein Feld legen. Wer zuerst drei seiner Steine in einer Reihe- auch diagonal- hat, gewinnt.



Der Weg vom Taschengeld zum Jugendlohn

In der heutigen Zeit ist die Finanzerziehung genau so wichtig wie Schreib-, Lese- und Rechenkompetenzen. Eltern und unsere Gesellschaft leben täglich in der Rolle als Vorbild der Kinder.

Vom Kleinkindalter nehmen die Kinder das Konsumverhalten der Erwachsenen beobachtend und bewusst wahr. Die Kinder treten mit ihren Wünschen schnell in die Fussstapfen der Vorbilder. Immer wieder kommen die Eltern mit all den Kinder-Wünschen im heutigen Konsum- und Werbeangebot an ihre Grenzen. Oftmals taucht die Frage auf: „Was müssen wir Eltern unseren Kindern alles kaufen“ oder was sind die Pflichten und der Weg in unserem Erziehungsalltag. In diesem Kursmodul erhalten die Eltern neue Erkenntnisse, Konzepte, Informationen, Sicherheiten über den Austausch mit anderen Eltern, wieso Taschengeld und der darauf aufbauende Jugendlohn ab der Oberstufe Sinn machen.

Referentin:

Margrith Lenz
9500 Wil

Weitere Informationen:
info@berufeltern.ch

- Damen, Herren und Kinder
- Modisch tragbare Frisuren
- Gala- und Hochzeitsfrisuren
- Coloration und Formwellen
- Great Lengths – die professionelle Haarverlängerung

Andrea Klaus | 9249 Algetshausen
071 951 33 33 | www.haar-lay.ch

INSTITUT FÜR LEBEN
UND GESUNDHEIT
Margrith Lenz
Tel. 076 411 78 18
margrith.lenz@iflg.ch
www.iflg.ch



SPINOGGEFRITZ
www.kinderagenda.ch

MEHR LEBENSFREUDE FÜR
SIE UND IHRE KINDER!

Praxis für
Kinesiologie
Claudia Fischer

Magdenauerstrasse 12 9230 Flawil 071 393 45 38
praxis@kinesiologie-flawil.ch www.kinesiologie-flawil.ch

! WIR BEDANKEN UNS AUCH
HERZLICH BEI UNSEREN
WEITEREN SPONSOREN!