

# Elternkursreihe

## „Wir sind eine starke Familie“



**Angelika Mayer**  
Präventionsbeauftragte, PNO

Amt für Soziales und Psychologische Dienste  
Landratsamt Ortenaukreis

# Inhalte

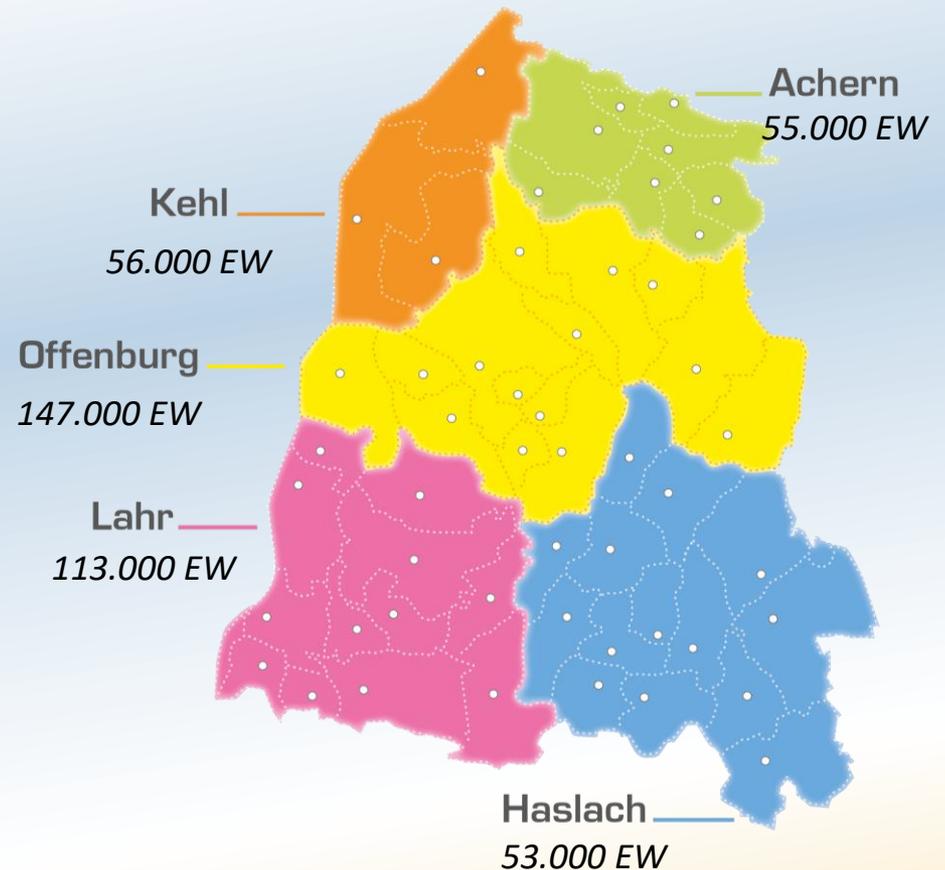
---

- 1. PNO – Präventionsnetzwerk Ortenaukreis**
- 2. Elternkursreihe „Wir sind eine starke Familie“**

# PNO – Präventionsnetzwerk Ortenaukreis

## Ortenaukreis – der flächengrößte Landkreis in Baden-Württemberg

- 1.852 km<sup>2</sup>
- 424.000 Einwohner
- 51 Städte und  
Gemeinden
- 5 große Kreisstädte



# PNO – Präventionsnetzwerk Ortenaukreis

---

## Ziele von PNO:

Anknüpfend an den *Frühen Hilfen* – Aufbau einer „Präventionskette“ von der Schwangerschaft bis zum 10. Lebensjahr

### **Kommunale Präventionsstrategie:**

Prävention von Anfang an für alle Kinder und Familien im Ortenaukreis

# PNO – Präventionsnetzwerk Ortenaukreis

## Finanzierung

**2014 – 2018**

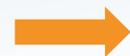
### **Praxisforschungsprojekt**

Ausschreibung vom Bundesministerium für Bildung und Forschung (BMBF) „Gesundheits- und Dienstleistungsregionen von morgen“

**seit 11/2018**

### **Verstetigung**

Innovatives, gemeinsames Finanzierungsmodell durch den Ortenaukreis und die Sozialversicherungsträger auf Grundlage des Präventionsgesetz



*Finanzierung der Elternkursreihe  
durch die Techniker Krankenkasse*



# PNO – Präventionsnetzwerk Ortenaukreis

**Alle Kinder und Familien sollen erreicht werden**

➔ **Flächendeckung**

➔ **Setting-Ansatz in den Lebenswelten Kita und Schule**

➔ **Gesundheitliche Chancengleichheit:**  
Besondere Berücksichtigung von Einrichtungen in sozial belasteten Stadtteilen

➔ **Elternbeteiligung**



# Elternkursreihe

## „Wir sind eine starke Familie“



# Ziele der Elternkursreihe

## Hauptziele

- Förderung der Resilienz von Kindern

## Teilziele

- Stärkung der Erziehungskompetenz von Eltern
- Informationen zur Förderung der seelischen Gesundheit
- Erlernen von förderlichen Verhaltensweisen
- Austausch zwischen den Eltern

# Grundstruktur der Elternkursreihe

- Kostenfrei – *Finanzierung über die TK*
- Präsenz oder Online möglich
- Bei Bedarf kostenfreie Kinderbetreuung
- Wertschätzende Haltung des Referenten
- Persönlicher Austausch mit anderen Eltern

# Organisatorischer Ablauf

1. Interessensbekundung eines Kooperationspartners
2. Kontaktaufnahme von der zuständigen Mitarbeiterin zur Klärung der Rahmenbedingungen
3. Auswahl des Referierenden
4. Erstellung eines Flyers zur Werbung
5. Rückgabe der Teilnehmerliste an PNO
6. Referierender führt die Elternkursreihe durch (6 Einheiten je 120 Minuten)

# Inhalte der Elternkursreihe

---

## Kurseinheit 1

### Mein Kind und ich

Kennenlernen, Vermittlung des Grundgedanken des Kurses

- *„Läuft alles gut?“*
- *„Was kann ich als Mutter oder Vater meinem Kind geben?“*
- *„Ich habe viele Fragen.“*

# Inhalte der Elternkursreihe

---

## Kurseinheit 2

### Starke Kinder

Einführung in das Thema Resilienz

- *„Wie wird mein Kind seelisch stark?“*
- *„Was erwarte ich von meinem Kind?“*
- *„Wie kann ich es unterstützen?“*

# Inhalte der Elternkursreihe

---

## Kurseinheit 3

### Gefühle und wie schauen wir auf die Welt

Betrachtung der Resilienzfaktoren

Selbststeuerung, Emotionsregulation, Spiegeln

Selbst- und Fremdwahrnehmung

- *„Ich und die vielen Gefühle. Was hilft mir, mit Gefühlen gut umzugehen?“*
- *„Wie kann ich mich und andere gut wahrnehmen?“*
- *„Wie gut kenne ich die Gefühle meines Kindes?“*

# Inhalte der Elternkursreihe

---

## Kurseinheit 4

### Probleme lösen – kein Problem

Vertiefung der Resilienzfaktoren

Selbstwirksamkeit

Problemlösen

- „Niemand ist perfekt.“
- „Wie finde ich eine gute Lösung?“
- „Wie gut kann ich mit Problemen umgehen?“

# Inhalte der Elternkursreihe

---

## Kurseinheit 5

### Konflikte helfen weiter

Soziale Kompetenz und Konfliktlösung in der Familie

- „Wie können wir gut miteinander leben?“
- „Wie können wir Konflikte lösen?“
- „Wie finde ich gute Lösungen?“

# Inhalte der Elternkursreihe

---

## Kurseinheit 6

### Der lange Atem lohnt sich

Möglichkeiten, um das Leben als Eltern positiv zu gestalten

- *„Kinder sind ein Geschenk, auch wenn die Erziehung manchmal stressig ist.“*
- *„Wie bewahre ich mir den Spaß und die Freude?“*

# Zusammenfassung

---

- Förderung der Resilienz ist für die kindliche Entwicklung sehr wichtig
- Eltern haben neben den pädagogischen Fach- und Lehrkräften einen großen Einfluss darauf
- Elternkursreihe vermittelt praktische Hilfestellungen für den Alltag mit Kindern
- Förderung eines harmonischen Familienlebens
- **Bei Interesse oder Fragen, können Sie sich jederzeit bei Ihrer Regionalen Präventionsbeauftragten oder direkt bei Angelika Mayer melden.**

# HERZLICHEN DANK!



Präventions  
Netzwerk  
Ortenaukreis

**Angelika Mayer**

Präventionsbeauftragte PNO

Amt für Soziales und Psychologische Dienste  
Landratsamt Ortenaukreis

E-Mail: [angelika.mayer@ortenaukreis.de](mailto:angelika.mayer@ortenaukreis.de)



DER  
ORTENAU  
KREIS



Gefördert durch

