Kess
kooperativ | ermutigend | sozial | situationsorientiert
erziehen

„Weniger Stress – mehr Freude“

Ein Kurs für Mütter und Väter von Kindern zwischen 3 und 11 Jahren

Kess-erziehen eröffnet Müttern und Vätern Wege zu einem entspannteren und erlebnisreichen Miteinander in der Familie. *Kess*-erziehen wurde von Pädagogen*innen und Psychologen*innen auf der wissenschaftlichen Basis der Individualpsychologie Alfred Adlers entwickelt und praktisch erprobt. Der Kurs knüpft an konkrete Erfahrungen der Teilnehmenden an. Er umfasst fünf Einheiten, die aufeinander aufbauen:

1. **Das Kind sehen - soziale Grundbedürfnisse achten**

(Mo 02.11., 18:00-20:30 Uhr)

2. **Verhaltensweisen verstehen - angemessen reagieren**

(Mo 09.11., 18:00-20:30 Uhr)

3. **Kinder ermutigen - die Folgen des eigenen Handelns zumuten**

(Mo 16.11., 18:00-20:30 Uhr)

4. **Konflikte entschärfen - Probleme lösen**

(Sa 21.11, 10:00-12:30 Uhr)

5. **Selbstständigkeit fördern - Kooperation entwickeln**

(Sa 21.11.2026, 13:30-16:00 Uhr)

Zu jeder Einheit gehören Informationen über die Entwicklung und die Bedürfnisse von Kindern, kurze Übungen, Demonstrationen, Selbstreflexionen, Austausch und Anregungen für zu Hause.

Ort:	Schenkendorfstraße 3, 04275 Leipzig-Süd (Gemeindehaus)
Kosten:	35 Euro (Elternpaar: 50 Euro), gefördert vom Freistaat Sachsen
Anmeldung:	bis 31.10.26 per Mail an **laura_szymanski@posteo.de**
Kooperation mit:	Familienbund der Katholiken im Freistaat Sachsen

Familienbund der Katholiken

Diese Maßnahme wird mitfinanziert durch Steuermittel auf der Grundlage des von den Abgeordneten des Sächsischen Landtags beschlossenen Haushaltes.

STAATSMINISTERIUM FÜR SOZIALES UND GESELLSCHAFTLICHEN ZUSAMMENHALT | Freistaat SACHSEN