

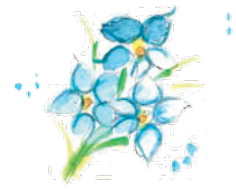


## Kursleitung:



**Frauke Riesen**  
 Examierte Gesundheits-  
 und Krankenpflegerin,  
 Paar- und Sexualberaterin i.A.,  
 Multiplikatorin für den Giraffen-  
 traum und 2-fach-Mama  
<https://www.rundum.care>

**Anne Kionka**  
 Zertifizierte Familien- und  
 Paarberaterin, staatlich anerkannte  
 Heilpädagogin, zertifizierte Media-  
 torin, Supervisorin, verheiratet und  
 Mutter von drei Töchtern  
<http://www.kionka-wuppertal.de>



## Organisatorisches:

Wir freuen uns, wenn Du alle drei Kurs besuchst, inhaltlich bauen diese aufeinander auf. Natürlich freuen wir uns auch auf Dich, wenn Du an einzelnen Abenden teilnimmst.

Um Anmeldung unter:  
<https://www.rundum.care/gl%C3%BCcklich-mit-kindern>  
 wird gebeten.

### Unkostenbeitrag:

	Standard	Danke	Willkommen	3 Kurse
Einzelperson	15,00 €	20,00 €	10,00 €	50,00 €
Paar (2 Pers.)	25,00 €	30,00 €	15,00 €	65,00 €

Bei allen Veranstaltungen  
 sind ihre Kinder willkommen!  
 Bitte geben Sie das Alter der Kinder  
 bei der Anmeldung mit an, damit wir uns auch auf  
 unsere kleinen Gäste einstellen können.

Wir freuen uns auf Dich!  
 Anne und Frauke



## Waldorfhhaus e.V.

Familienzentrum | Kindertagesstätte

Schluchtstr. 19 | 42285 Wuppertal | 0202 80169 | [www.waldorfhhaus.de](http://www.waldorfhhaus.de)

# Glücklich mit Kindern

**Wh**  
 Waldorfhhaus e.V.  
 Kindergarten  
 Familienzentrum



Jeweils Dienstag, 18. April,  
 2. Mai und/oder 30. Mai 2023

In den Räumen von  
 rundum CareCoworking Wuppertal  
 Friedrich-Ebert-Straße 55, 42103 Wuppertal

# Kinder erwarten, Kinder kriegen, Kinder haben und (trotzdem ;) glücklich leben!

Eine Kursreihe für Menschen die Kinder erwarten oder Babys haben; die Orientierung und Leichtigkeit für die Gestaltung ihres Familienalltags suchen.

In unserer Arbeit mit Paaren und in Familien erleben wir, was es heißt Eltern zu werden oder Eltern zu sein. Dies bedeutet, sich auf die Suche zu machen, den eigenen individuellen Weg „Familie leben“ zu suchen.

Früher wuchsen wir in großen Familien auf. Oder wir kannten zumindest eine große Familie, in der es kleine Kinder gab. Wir sahen und erlebten viele verschiedene Arten des Familienlebens und sahen verschiedene Vorbilder, an denen wir uns orientieren konnten.

Heute sind die digitalen Medien in diese Lücke geschlüpft. Bei Fragen über Erziehung und z.B. Gesundheit suchen wir häufig erst im Internet nach Lösungen und nicht mehr in der (Groß-) Familie. Ob Artikel oder Podcasts – im Internet können sich in ihren Aussagen fundamental widersprechen und lassen uns oft ratloser und verunsicherter zurück wie zuvor.

Manchmal entsteht auch durch die Art und Weise der Beiträge ein Gefühl der Unzulänglichkeit, weil das für so viele Menschen mit kleinen Kindern alles kein Problem zu sein scheint.

Mit unserem Elternkurs ermutigen wir Menschen mit kleinen Kindern und Familien, die gerade im Entstehen sind, sich Zeit und Raum zu nehmen, ihren eigenen Familienweg zu beschreiten.



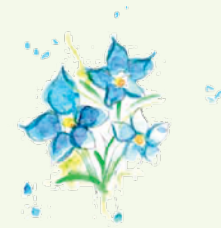
## Wir besprechen Fragen wie:

„Wie ist das mit dem Schlafen? Familienbett gut oder böse? Wo bleiben bei der bedürfnisorientierten Erziehung die Bedürfnisse der Erwachsenen? Warum funktioniert das immer bei allen anderen und nicht bei uns? Wie beeinflusst und

prägt meine eigene erlebte Erziehung mein Kind, meine Erziehung und meinen Umgang mit dem meinem Kind?“

... denen und weiteren Fragen möchten wir Raum geben und zusammen mit euch bewegen.

Zu Beginn jedes abends werden wir kurze Impulsreferate geben, um dann miteinander ins Gespräch zu kommen. Dies kann in der großen Gruppe, in einer Kleingruppe oder paarweise erfolgen – so wie Du es brauchst.



## Termine:

### Der erste Termin startet mit den Babys!

„Was braucht ein Neugeborenes und dann heranwachsendes Kind, außer dass es satt und sauber ist? Wie wollen wir die erste Zeit mit dem Baby gestalten? Familienbett? Beikost? Wann beginnt Erziehung? Was schadet meinem Kind in der Erziehung?“

Du bekommst ein Gefühl für die Bedürfnisse deines Babys. Du erspürst, wie Du auf die Anforderungen, die das Leben mit einem Baby mit sich bringt, reagieren möchtest.

**Dienstag, 18. April von 19.00 bis 20.30 Uhr**

### Im zweiten Kurs geht es um die Eltern.

„Was brauche ich, um die Bedürfnisse unseres Babys zu erfüllen. Wie ist unsere Ausgangslage? Wie möchte ich die Kinderzeit nutzen und was für ein Erziehungsmensch möchte ich sein? Ist das auch gut für mein Baby, wenn ich so bin?“

Ihr findet Sicherheit in eurer noch neuen Rolle als Eltern und weitet euren Blick auf das, was kommen wird.

**Dienstag, 2. Mai von 19.00 bis 20.30 Uhr**

### Der dritte Teil unseres Kurses ist ein Ausflug in die Vergangenheit der werdenden/gewordenen Eltern, um in der Zukunft handlungssicherer zu werden.

„Was habe ich erlebt das ich auf jeden Fall weitergeben möchte? Was habe ich erlebt, was ich auf keinen Fall weitergeben möchte? Wie passen unsere Vorstellungen als Eltern zueinander? Ist das auch gut für unsere Kind?“

Erste Ideen, wie Du Deine Familie leben möchtest, können Gestalt annehmen.

**Dienstag, 30. Mai von 19.00 bis 20.30 Uhr**

**... in den Räumen von...**

rundum CareCoworking Wuppertal  
Friedrich-Ebert-Straße 55, 42103 Wuppertal

