

# Elternwerkstatt®

Ihr Partner in Erziehungsfragen

## ABC-Elternführerschein®

**Eltern als Führungskräfte**

**– gewaltfrei, aber nicht machtlos**

Basis-Kommunikationstraining zur Stärkung  
natürlicher Erziehungskompetenz



## Allgemeine Infos zum Kurs Fragen und Antworten

### Was ist der ABC-Elternführerschein®?

Der ABC-Elternführerschein® ist ein Kommunikationstraining in 18 Einheiten mit dem Ziel, die natürlichen Erziehungs Kompetenzen der Eltern durch ein fundiertes Basistraining zu unterstützen. Er wurde von **Mag. Maria Neuberger-Schmidt** entwickelt, ist seit 2003 urheberrechtlich geschützt und wird durch das Bundesministerium für Familie und Jugend gefördert.



Die theoretischen Grundlagen basieren auf einem humanistischen Weltbild, wie es von **Carl Rogers** (klientenzentrierte Gesprächstherapie) **Thomas Gordon** (Familienkonferenz), **Virginia Satir** ("Mutter" der Familientherapie), **Viktor Frankl** (Existenzanalyse), **Friedemann Schulz von Thun** (Kommunikationsquadrat) u.a. geprägt wurde. Im Mittelpunkt steht die Wertschätzung und Würdigung jedes Menschen als einmaliges und unverwechselbares Individuum. Es werden Prinzipien haltgebender Erziehung, symbolisiert durch das "3-Körbe-Prinzip" von **Maria Neuberger-Schmidt** (Freiheit – Mitsprache – Autorität), vermittelt.

Darüber hinaus gibt es viel Möglichkeit zum Üben und zum Erfahrungsaustausch. So erlangen Eltern im Erziehungsalltag mehr Sicherheit, Gelassenheit und eine Vertiefung ihrer Kompetenz.

### Weshalb gerade "ABC"?

"ABC" symbolisiert zum einen das Basiswissen, das wir vermitteln, so wie das Alphabet grundlegend für die Sprache ist.

Zum anderen steht jeder Buchstabe für eine Zielgruppe:

- A – steht für Eltern von Kleinkindern\*
- B – steht für Eltern von Schulkindern
- C – steht für Eltern von Jugendlichen/Pubertierenden

Wir arbeiten möglichst zielgruppenorientiert in kleinen Gruppen zwischen 6 und 15 Personen.

### Warum "Führerschein"? Muss man da Prüfungen bestehen?

Von uns erhalten Eltern eine Teilnahmebetätigung über den Kursbesuch. Die "Prüfung" legen sie bei ihren Kindern ab – wie eh und je.

Das Wort "Führerschein" ist symbolisch zu verstehen. So wie in der Fahrschule die Basis für's Autofahren vermittelt wird, wollen wir für die Kindererziehung grundlegendes theoretisches und praktisches Wissen weiter geben. Wir wollen Eltern unterstützen, für sich selbst zu klaren Vorstellungen zu finden, worauf es bei der Erziehung ankommt und wie sie es umsetzen können. Diese Klarheit erleichtert die wichtige und herausfordernde Aufgabe der Kindererziehung



\* Für Eltern von Babys bzw. werdende Eltern gibt es einen eigenen ABC-Babyführerschein®

## Was ist das "3-Körbe-Prinzip"?

Das Bild von den 3 Körben steht für *Freiheit*, *Mitsprache* und *Autorität*. Eltern werden sich ihrer Führungsrolle bewusst und lernen in Liebe Grenzen zu setzen – **gewaltfrei, aber nicht machtlos**. Wir ermutigen unsere Teilnehmenden, sich zu ihrer Führungsrolle zu bekennen und ein Gespür dafür zu entwickeln, in welcher Situation ihre Kinder Freiheit brauchen, wann und wie sie sie mitbestimmen lassen können und sollen und wann es schlicht und einfach um Gehorsam geht. Eltern lernen sich zu ihrer natürlichen Autorität zu bekennen, ohne seelisch oder körperlich zu verletzen. Wir vermitteln eine Konfliktkultur, die nicht nur in der Familie, sondern in jeder demokratischen und mündigen Gesellschaft notwendig ist.

## Für wen ist der ABC-Elternführerschein® gedacht?

Wie der Name schon sagt, wenden wir uns an Eltern. Der ABC-Elternführerschein® ist jedoch genauso wichtig für alle anderen Personen im Umfeld der Kinder: Großeltern, Onkel/Tanten, BabysitterInnen, Erwachsene Geschwister, Hebammen, ErzieherInnen, PädagogInnen, Krankenschwestern und -pfleger, ...

Für die Verwendung im beruflichen Kontext bietet die Elternwerkstatt vertiefende Aus- und Weiterbildungen an, wie z.B. die vom Bundesministerium für Finanzen anerkannte Babysitting-Ausbildung.

Der Verein Elternwerkstatt ist anerkannter Bildungsträger mit dem Wien-Cert und Ö-Cert Qualitätssiegel.



## Was bringt mir der ABC-Elternführerschein®?

- Sie gewinnen Sicherheit und Klarheit in Bezug auf ihre elterliche Autorität und Führungskompetenz und werden in Ihrer Intuition gestärkt.
- Sie lernen die Gefühle und Bedürfnisse ihrer Kinder besser zu verstehen und einfühlsam darauf zu reagieren.
- Sie erfahren, wie Sie in Ihr Kind in seiner Entwicklung zu Selbständigkeit, Kooperation und Verantwortungsbewusstsein bestärken können.
- Sie üben, wie Sie liebevoll Grenzen setzen und schwierige Situationen meistern.
- Sie erwerben das Know-How für Beziehungsfördernde Kommunikation.
- Sie erkennen, wie Sie unterschiedliche Bedürfnisse einzelner Familienmitglieder unter einen Hut bringen können.
- Sie finden konkrete, praktisch umsetzbare Lösungen für Ihre individuellen Anliegen, die der jeweiligen Situation sowie dem Alter und Entwicklungsstand des Kindes gerecht werden in einer Atmosphäre von Vertrauen, Wertschätzung, Offenheit und Humor.

**Der ABC-Elternführerschein® hilft Ihnen dabei, Herz und Verstand in Einklang zu bringen! - Geht's uns Eltern gut, geht's unseren Kindern gut!**

## Was lernt man konkret im ABC-Elternführerschein®?

Die Ziele des Kurses sind:

- Entwicklungspsychologische Grundlagen über die kindlichen Bedürfnisse und Fähigkeiten zum jeweiligen Entwicklungsstand erlernen.
- Verschiedene Erziehungsstile entdecken; die eigenen Erziehungsgrundsätze erkennen und hinterfragen.
- Neue Methoden und Kommunikationswerkzeuge\* für die tägliche Interaktion mit Kindern, die wertschätzenden und haltgebenden Umgang miteinander ermöglichen, kennen lernen und anwenden üben:
  - aktives Zuhören
  - die Kunst des Grenzen Setzens
  - konstruktive Konfliktregelung
- Erkennen, welche Regeln es im Zusammenleben braucht

Im Rahmen des Kurses haben die Teilnehmenden Gelegenheit, sich im Erfahrungsaustausch mit anderen ihre eigenen Werte bewusst zu machen und Anregungen, die sie von uns bekommen, zu hinterfragen. So können sie sich die neuen Methoden zu eigen machen und ihren ganz persönlichen Erziehungsstil entwickeln, indem sie Gelegenheit haben, Neues mit Altem zu vergleichen, zu prüfen und aktiv in ihr Leben zu integrieren.

Gegen Ende des Seminars schauen wir uns die anfangs erstellte Liste zu der Frage an "Was will ich hier lernen?" nochmals an, um zu überprüfen ob die Anliegen jedes Teilnehmers auch wirklich behandelt wurden.

## Gibt es Unterlagen zum Nachlesen oder Vertiefen des Kurses?

In den Kursgebühren ist eine umfangreiche Elternmappe enthalten, in der der Kursinhalt übersichtlich zusammen gefasst ist.

Als vertiefende Lektüre - oder auch zum Kennenlernen noch vor dem Kurs - empfiehlt sich das Buch **Gewaltfrei aber nicht machtlos. Das Buch zum ABC-Elternführerschein®**. Mag. Maria Neuberger Schmidt hat darin die Grundlagen ihres Konzeptes festgehalten und mit einer Fülle praktischer Beispiele versehen.

## Reichen sechs mal drei Stunden aus, um alle Fragen zu beantworten und die neuen Kompetenzen bleibend zu verankern?

Der ABC-Elternführerschein® stellt eine solide Basis dar. Je nach Vorerfahrung und Menschentyp reicht das für manche Eltern aus, um für sich ausreichend Klarheit zu gewinnen und das Gelernte in den Alltag zu bringen.

Die Erfahrung zeigt, dass sich viele Eltern danach noch weitere Unterstützung wünschen. Die Elternwerkstatt hat daher weiterführende Angebote entwickelt:

- monatliches **Eltern-Café** zum gegenseitigen Austausch und für Fragen an ExpertInnen
- **Kurzvorträge** zu Themen, die Eltern bewegen
- **ABC-Praxisgruppen** zum Wiederholen, Vertiefen und Üben der gelernten Inhalte
- **Aufbauführerscheine** mit neuen Themenschwerpunkten

---

\* Diese Techniken sind übrigens auch in vielen anderen Situationen sehr hilfreich!

## Aufbau und Inhalte des Kurses

### 6 Module

#### **Modul 1: Eltern als Führungskräfte - gewaltfrei, aber nicht machtlos!**

Erfolgreiche Erziehung kann auf Gewalt, nicht aber auf Autorität verzichten! Das Bild von den drei Körben *Freiheit, Mitsprache, Gehorsam* beschreibt, worauf es ankommt. Kinder brauchen starke Eltern, die zu ihrer natürlichen Autorität und Führungskompetenz stehen, bei denen sie sich geliebt, sicher und geborgen fühlen.

#### **Modul 2: Richtig reden - richtig zuhören**

"Du bist so gemein!" Die Bedürfnisse der Kinder durch richtiges Zuhören erkennen, und die Kinder bei ihren Gefühlen abholen, ohne die Worte zu werten. Wer richtig zuhören kann, erkennt, was sie wirklich fühlen und was hinter dem steckt, was uns unsere Kinder erzählen.

#### **Modul 3: Wie Kinder folgen lernen**

Gehorsam einzufordern bedeutet nicht blindes Gehorchen, sondern gesetzte Grenzen zu akzeptieren bzw. dies auch liebevoll einzufordern. Kinder wollen wissen, wo es lang geht und sind oft überfordert von zu viel Freiraum. Eine konsequente Haltung hilft, sich im sozialen Umfeld zu orientieren und erleichtert, sich in unserer Gesellschaft zurecht zu finden.

#### **Modul 4: Konflikte und Provokationen managen**

Eine Erleichterung für alle Eltern: Wir sind nicht verantwortlich, die Konflikte unserer Kinder zu lösen! Kinder finden für sich selber die besten Lösungen, indem sie Verantwortung für ihr Handeln übernehmen dürfen. Es liegt an uns Eltern, den Kindern kreative und effektive Strategien zur Problemlösung und Konfliktbewältigung zu zeigen, um ihnen zu ermöglichen, selber konstruktive Lösungen zu finden. - Mediation statt Bevormundung!

#### **Modul 5: Eltern sein und Paar bleiben**

Eigene Bedürfnisse als Paar haben und sich diese auch vor den Kindern zuzugestehen und im Alltag zu verwirklichen, fällt nicht leicht. Einfache Strategien können helfen im Alltag auch ein Paar zu bleiben.

#### **Modul 6: Entwicklungsbedürfnisse**

.. und entwicklungspsychologische Hintergründe. Was brauchen Kinder in welchem Alter, welche Spielsachen, welche Förderungen, wie kann ich unterstützen und die richtige Balance finden zwischen fördern und überfordern? Kinder im "schwierigen Alter" und die Hintergründe - wie kann man damit stressfrei umgehen?

Für alle Module gilt: Die verschiedenen Themen und Methoden werden von den Teilnehmenden in kleinen Gruppen **aktiv erarbeitet** und in **praktischen Übungen vertieft**, wobei deren persönliche Anliegen **im Mittelpunkt des Erfahrungsaustausches** stehen.

## Kursdaten

### Dauer, Termine

6 Module zu je 3 Unterrichtseinheiten = 18 UE (1 UE = 50 min)

**Kursreihe:** 6 Vormittage oder 6 Abende, ca. im Wochenabstand.

**Wochenendkurs:** Alle 6 Module finden geblockt an einem Wochenende statt.

Die genaue Uhrzeit hängt vom Angebot des/der jeweiligen ElterntainerIn ab und kann auch mit den Teilnehmenden abgestimmt werden.

Alle derzeit angebotenen Termine finden Sie auf unserer Homepage:

- [www.elternwerkstatt.at](http://www.elternwerkstatt.at) -> Angebote -> Elternwerkstatt Termine

Sollte aktuell kein passender Termin in Ihrer Nähe dabei sein, nimmt unser Office-Team gern Ihre Anfrage auf und hält Sie über die weiteren Termine informiert.

## Kosten

Basistraining in 18 Einheiten

für Eltern, Großeltern, Interessierte (Elternbildung):

€ 180,- pro Person

€ 320,- für Paare

Je nach TrainerIn und Angebot können die Module auch einzeln gebucht werden: € 32,-pro Modul und pro Person

Diese reduzierten Kosten sind durch die Förderung durch das Familienministerium (bmfj) möglich.

für PädagogInnen, ErzieherInnen, Kinderschwestern, Interessierte (Fortbildung):

€ 295,- pro Person

Förderungen im Rahmen von Ö-Cert, durch WAFF und AMS, sind gemäß den persönlichen Voraussetzungen möglich. Nähere Details zu den unterschiedlichen Fördermöglichkeiten: [www.kursfoerderung.at](http://www.kursfoerderung.at)

Alle Preise beinhalten 10% MWSt, Seminarunterlagen und Pausengetränke.

## Kursbestätigungen

Alle Teilnehmenden erhalten am Ende des Kurses (bzw. nach Besuch aller Module, wenn diese einzeln gebucht wurden) eine Teilnahmebestätigung.

## Rückmeldungen

### Was unsere KursteilnehmerInnen sagen

"Seit ich aktiv zuhören gelernt habe, erspart mir mein Kind viele Trotzreaktionen, weil es sich emotional verstanden fühlt. Dadurch kann es auch meine Grenzen besser akzeptieren."

"Seit ich da war, habe ich nicht mehr das Gefühl, die Nerven zu verlieren!"

"Ich bin froh, dass ich mitgekommen bin. Es tut nicht nur der Beziehung zu den Kindern gut, sondern es gelingt mir jetzt auch, meine Frau besser zu verstehen."

"Mein Sohn ist ziemlich verschlossen. Es war mir nicht bewusst, dass das gerade mit meiner Art, zu bohren, zu tun hatte. Durch die Anwendung des Aktiven Zuhörens merke ich, wie er langsam auftaut und unsere Beziehung viel lockerer und vertrauensvoller wird."

"Ich habe gelernt, mich besser abzugrenzen. Meine Kinder finden das "ur cool" und tanzen mir weniger auf der Nase herum."

"Ich habe immer geglaubt, ich muss eine Übermutter sein und fühlte mich zeitweise überfordert. Jetzt weiß ich, dass ich auch zu meinen Fehlern und Schwächen stehen kann, ohne dass meine Kinder den Respekt verlieren."

"Ich hatte die Neigung, für jedes Problem eine Lösung anzubieten. Jetzt versuche ich, mich mehr zurückzunehmen und meinen 4-jährigen Sohn seine eigenen Ideen entwickeln zu lassen. Ich staune, wie kompetent und selbstbewusst er dadurch wird."

"Oft war ich mir nicht sicher, ob ich richtig gehandelt oder reagiert habe. Jetzt weiß ich, worauf es ankommt und bin sicherer und lockerer im Umgang mit meinem Sohn geworden. Auch von meinem Partner ernte ich mehr Anerkennung."

"Unser Familienleben ist einfach harmonischer geworden."

"Es ist erstaunlich, wie leicht manche Situationen zu lösen sind. Früher habe ich meine Kinder mit langatmigen Erklärungen oft überfordert. Jetzt habe ich gelernt, das rechte Wort zur rechten Zeit zu sagen - und das genügt."

"Es ist spannend - und wirkt total."

"Ich überlasse die Erziehung meiner Kinder nicht dem Zufall - Weil ich nicht erst in 18 Jahren drauf kommen will, was ich alles falsch gemacht habe."

"Der ABC-Elternführerschein ist echt Spitze. Das sollten sich keine Eltern entgehen lassen."

"Ich kann nur allen Eltern empfehlen, dieses Seminar gemeinsam zu besuchen. Es hilft nicht nur mit den Kindern, sondern wir profitieren davon auch in unserer Beziehung."

## Kontaktdaten

### Unsere ElterntainerInnen

Um Ihnen in unseren Kursen gleich bleibende Qualität bieten zu können, darf der ABC-Elternführerschein® nur von TrainerInnen vermittelt werden, die den **Weiterbildungslehrgang zum/zur zertifizierten ElterntainerIn mit Schwerpunkt ABC-Elternführerschein®** besucht, die theoretischen und praktischen Prüfungen erfolgreich absolviert und mit uns einen Franchisevertrag abgeschlossen haben.

Eine Aufstellung der aktuell aktiven Elternwerkstatt-TrainerInnen finden Sie auf unserer Homepage:

- [www.elternwerkstatt.at](http://www.elternwerkstatt.at) -> Über uns -> Unser Team -> Elternwerkstatt TrainerInnen

Ebenfalls finden Sie eine Liste unserer LandesvertreterInnen, die für die Koordination ein oder mehrerer Bundesländer zuständig sind:

- [www.elternwerkstatt.at](http://www.elternwerkstatt.at) -> Über uns -> Unser Team -> Landesvertretungen

### Elternwerkstatt Office

Bei Bedarf hilft Ihnen unser Office-Team gern weiter, eine/n passenden Elternwerkstatt TrainerIn in Ihrer Nähe zu finden. Außerdem stehen wir Ihnen gerne für allgemeine Anfragen und Zusendung von Informationsmaterial zur Verfügung.

#### **ELTERNWERKSTATT - Verein im Dienst von Kindern, Eltern, PädagogInnen**

Wolfganggasse 30 / 1A, 1120 Wien

Telefon: +43 1 6622006 oder +43 664 1831082

Mail: [office@elternwerkstatt.at](mailto:office@elternwerkstatt.at)

#### **Telefonische Erreichbarkeit:**

Montag bis Freitag 9:00 bis 18:00 Uhr

(Bitte notfalls Nachricht hinterlassen, wir rufen gerne zurück.)

**Bankverbindung:** Erste Bank, IBAN AT61 2011 1829 7705 0700

**Kennzahlen:** ZVR 655249996, DVR 2109580, UID ATU56756077