

# Abenteuer Familie

## Gruppe ACHTSAME UND EINFÜHLENDE KOMMUNIKATION IN DER FAMILIE Einführung in die Gewaltfreie Kommunikation nach Marshall Rosenberg

Mit der Gruppe werden mit Hilfe der gängigen Theorien und Forschungen die Werthaltungen unserer Gesellschaft, unser Umgang miteinander und vor allem die Kommunikationsmuster im Alltag und bei Konflikten näher beleuchtet und bearbeitet. Was verbirgt sich hinter dem Konzept der Gewaltfreien Kommunikation? Wie funktionieren Beobachtung und Bewertung, wie erkenne ich meine eigenen Bedürfnisse und die der anderen? Was sind Kriterien für ein „aussichtsreiches Bitten“, wie kann ich einen achtsamen Umgang mit den anderen, aber auch mit mir selbst erlernen? Fragen, die in dieser Gruppe aufgeworfen und gemeinsam beantwortet werden.

**Zeit:** Mo 21.02., 28.02.11, von 19.00 bis 22.00 Uhr

**Ort:** Toblach, Bibliothek "Hans Glauber"

**Referentin:** Paula Maria Ladstätter, Trainerin der Gewaltfreien Kommunikation nach Marshall Rosenberg, Juristin, Barbian

**Gebühr:** 40 €

**Anmeldung:** KFS Toblach, Sabine Mair, 349 128 6631 oder BIWEP, Tel. 0474 530 093, familie@biwep.it

## Gruppe ACHTSAME UND EINFÜHLENDE KOMMUNIKATION IN DER FAMILIE Wir üben die Gewaltfreie Kommunikation nach Marshall Rosenberg

In unserem alltäglichen Sprachgebrauch sind Schuldzuweisungen, Kritik und Negativbewertungen an der Tagesordnung. Dass diese für einen Gesprächsverlauf schwerwiegende Folgen haben können, liegt auf der Hand. Das Konzept der Gewaltfreien Kommunikation hilft diese oft unbewusst angewandten Sprachmuster aufzudecken. In der Gruppe üben wir die Aufmerksamkeit und Achtsamkeit in schwierigen Gesprächssituationen. Damit werden zwischenmenschliche Beziehungen gefördert. Es wird Raum geschaffen für Lösungen, die für alle Beteiligten von Vorteil sind.

In den Abendeinheiten wird mit Einzel- und Gruppenübungen sowie Rollenspielen gearbeitet. Dabei wird die Reflexion persönlich erlebter Konfliktsituationen und praxisnahes Lernen ermöglicht.

**Zielgruppe:** Teilnehmerinnen der Gruppe "Einführung in die Gewaltfreie Kommunikation"

**Zeit:** Mo 21.03., 04.04., 18.04.11, von 19.00 bis 22.00 Uhr

**Ort:** Toblach, Bibliothek "Hans Glauber"

**Referentin:** Paula Maria Ladstätter, Trainerin der Gewaltfreien Kommunikation nach Marshall Rosenberg, Juristin, Barbian

**Gebühr:** 55 €

**Anmeldung:** KFS Toblach, Sabine Mair, 349 128 6631 oder BIWEP, Tel. 0474 530 093, familie@biwep.it

## Workshop MUSIK, EIN KREATIVES UND GESUNDES SPIEL FÜR JEDES ALTER Trommelworkshop für Eltern und Kinder

Im Trommelworkshop für Eltern und Kinder wird die Musik spielerisch, kreativ und im sozialen Miteinander erlebt. Durch das Wiederholen einfacher rhythmischer Übungen müssen sich die Teilnehmer auf den Rhythmus konzentrieren. Struktur und Tempo sind einzuhalten. Dabei werden Gedächtnis, Konzentration und Ausdauer besonders geschult. Improvisation und Kreativität werden im Workshop viel Raum gelassen. Die Teilnehmer lassen sich mit spielerischen Übungen auf das Abenteuer Musik ein, werden geführt vom selbst erdachten Rhythmus. Ein weiterer Schwerpunkt ist der soziale Aspekt der Musik. Miteinander musizieren erfordert immer Aufmerksamkeit und Respekt. Jeder übernimmt abwechselnd die Rolle des Dirigenten und kann erleben, wie es ist, eine musizierende Gruppe zu führen. Das stärkt nicht nur das Selbstbewusstsein, sondern macht auch viel Spaß!

**Zielgruppe:** Eltern, Großeltern mit einem Kind ab 5 Jahren

**Zeit:** Fr 25.03., 08.04.11, von 15.00 bis 17.30 Uhr

**Ort:** Wahlen, Turnhalle der Grundschule

**Referent:** Max Castlunger, Perkussionist, St. Martin in Thurn

**Gebühr:** 40 € pro Eltern-Kind-Paar

**Anmeldung:** Elternvertreterin Agnes Höllrigl, 0474 973 284 (abends) oder BIWEP, 0474 530 093, familie@biwep.it

# Abenteuer Familie

TERMINE  
Herbst 2010  
Frühjahr 2011





### Familie ist Abenteuer.

Familie ist Abenteuer. Und das nicht nur, wenn man spannende Ausflüge macht oder gemeinsame Erlebnisse als besonders aufregend verbucht. Wer in einer Familie lebt, stellt sich tagtäglich den kleinen und großen Herausforderungen den gemeinsamen Alltag für alle Beteiligten zufriedenstellend zu gestalten.

Da gibt es jedoch Stolperfallen etwa durch unterschiedliche Auffassungen die Hausaufgaben betreffend oder durch Diskussionen, wie intensiv Väter ihre Rolle in der Familie leben sollen. Außerdem begegnet man abenteuerlichen Lebensphasen wie zum Beispiel der Pubertät.

Dieses Programm soll Familien auf ihrer Reise begleiten und Impulse geben vielleicht oft schon eingefahrene Wege zugunsten neuer Richtungen zu verlassen. Ziel ist ein ausfüllendes, respektvolles Miteinander.

Stürzen wir uns gemeinsam ins Abenteuer Familie!

### Vortrag und Gruppe VOM SINN UND UNSINN DER HAUSAUFGABEN

Die Hausaufgaben erleben SchülerInnen oft als belastend und es fällt manchen sehr schwer, sich nachmittags hinzusetzen und diesen außerschulischen Verpflichtungen nachzukommen. Auch für Eltern geben die Hausaufgaben manchmal Anlass für Reibereien mit ihren Kindern. Und Lehrpersonen ärgern sich, wenn die Hausaufgaben nicht bzw. nicht ordentlich gemacht sind.

Wofür sind Hausaufgaben überhaupt gut?

Macht helfen bei Hausaufgaben Sinn?

Sollen Hausaufgaben wirklich etwas bringen, braucht es einen regelmäßigen Austausch zwischen Schule und Elternhaus und auch mit den betreffenden Kindern bzw. Jugendlichen selber. Als bloße Nachmittagsbeschäftigung sind Hausaufgaben nicht geeignet, dafür ist die Freizeit für die Kinder zu kostbar!

**Zeit Vortrag:** Mi 13.10.10, 20.00 Uhr

**Zeit Gruppe:** Mi 27.10., 17.11., Di 14.12.10, jeweils von 19.30 bis 21.00 Uhr

**Ort:** Toblach, Mittelschule

**Referent:** Johann Schwingshackl, Schulberater für den Raum Pustertal, Bruneck

**Anmeldung Gruppe:** Sekretariat Schulsprengel Toblach, 0474 972 124 oder BIWEP, 0474 530 093, familie@biwep.it

Der Vortrag kann auch unabhängig von der Gruppe besucht werden

### Vortrag PUBERTÄT - KEIN GRUND ZUR PANIK

Plötzlich erkennt man die eigenen Kinder fast nicht wieder: ehemals anhängliche und zutrauliche Söhne und Töchter halten ihre Eltern auf Distanz, ziehen sich zurück, hören laute Musik. Die Freunde werden wichtiger als die Familie. Ein Prozess der Loslösung hat begonnen, die Eltern sind vor neue Herausforderungen gestellt.

Im Vortrag wird auf folgende Aspekte eingegangen:

- Selbständigkeit zulassen und Verantwortung abgeben
- Haltungen der Eltern, die in der Begleitung von Jugendlichen förderlich sind
- Umgang mit Problemen und Konflikten
- Grenzen von Eltern – Grenzen von Kindern

**Zeit:** Mo 08.11.10, 20.00 Uhr

**Ort:** Toblach, Aula der Mittelschule

**Referentin:** Elisabeth Rechenmacher, Psychologin, Mitarbeiterin Forum Prävention, Bozen

### Vortrag FAMILIE IM WANDEL – DIE RECHTLICHE SITUATION

Die Rechtsanwältin geht auf die sich wandelnden Familienstrukturen und ihre rechtlichen Folgen und Veränderungen ein. Sie beleuchtet die Unterschiede von ehelicher und nichtehelicher Lebensgemeinschaft im italienischen Recht. Unter anderem geht es um folgende Themen:

Wie ist es mit dem Nachnamen der Kinder?

Wie regeln wir unsere Besitzverhältnisse?

Wie schaut unsere Altersvorsorge aus?

Was brachten die gesetzlichen Neuerungen im gemeinsamen Sorgerecht?

**Zeit:** Mi 19.01.11, 20.00 Uhr

**Ort:** Toblach, Pfarrheim

**Referentin:** Angelika Kofler, Rechtsanwältin, Bruneck

### Eine gemeinsame Initiative von:

Bildungsausschuss, Kath. Familienverband und Öffentliche Bibliothek Toblach, Sozialsprengel Hochpustertal, Elternrat Schulsprengel Toblach, Kath. Familienverband und Öffentliche Bibliothek Prags, Bildungsausschuss Niederdorf, Gesamtkoordination: BIWEP - Bildungsweg Pustertal

### Vortrag VATERARBEIT - ZEIT FÜR DEIN KIND

In den letzten Jahrzehnten haben sich die Anforderungen und Erwartungen an Väter in vielen Ländern verändert. Auch Väter haben ihren Teil dazu beigetragen. Wissenschaftlich hat man sich schon auf die Suche nach den „neuen Vätern“ gemacht und auch welche gefunden. Was macht aber die neuen Väter aus im Vergleich zu den alten? Und möchte ich auch so ein „Neuer“ sein? Gibt es nur „Alt“ und „Neu“ oder auch etwas dazwischen? Was hat mein Kind, was meine Partnerin und was habe ich selbst davon, wenn ich mir Zeit nehme und ein fürsorglicher und aktiver Vater bin?

**Zeit:** Do 28.10.10, 20.00 Uhr

**Ort:** Prags, Haus der Vereine

**Referent:** Hubert Steger, Psychologe, Wien (A)

### Vortrag SPIELEN: EIN INTENSIVES ERLEBEN

Kinder brauchen Möglichkeiten zum Spielen, damit ihre Phantasie angeregt wird, die Umwelt mit allen Sinnen entdeckt und Lebensfreude geweckt wird. Im Spiel entdecken sie die Welt und erfahren und nähern sich wichtigen Lebensthemen. Dadurch bereiten sie sich „spielerisch“ auf ihre Lebensaufgaben vor.

Was können Eltern tun, um dieses Bedürfnis zu unterstützen und zu fördern?

**Zeit:** Di 23.11.10, 20.00 Uhr

**Ort:** Niederdorf, Kulturhaus

**Referentinnen:** Marlies Pallhuber, Psychologin, Psychotherapeutin, Bruneck; Doris Forer, Psychologin, Psychotherapeutin, Bruneck

### Infoabend ACHTSAME UND EINFÜHLENDE KOMMUNIKATION IN DER FAMILIE

Die Macht der Worte ist nicht zu unterschätzen: „Du hast aber“, „immer sagst Du“, „Wenn Du, dann“ - Worte öffnen Fenster oder errichten Mauern. Wir alle haben das Bedürfnis gesehen, gehört und verstanden zu werden. Ehrlichkeit, Klarheit und gegenseitiger Respekt sind Grundvoraussetzung für eine achtsame und mitfühlende Kommunikation. Doch viel zu selten machen wir uns bewusst, wo es an diesen Qualitäten in unserer täglichen Kommunikation fehlt. Das Konzept der Gewaltfreien Kommunikation nach Marshall Rosenberg hilft dabei, bisherige Denk- und Verhaltensmuster wahrzunehmen und aufzudecken, und was am wichtigsten ist, sie umzuwandeln. Es entsteht eine konstruktive und würdigende Form des Miteinanders im Familienleben und darüber hinaus.

**Zeit:** Mo 07.02.11, 20.00 Uhr

**Ort:** Toblach, Bibliothek „Hans Glauber“

**Referentin:** Paula Maria Ladstätter, Trainerin der Gewaltfreien Kommunikation nach Marshall Rosenberg, Juristin, Barbian

Der Infoabend kann auch unabhängig von der Gruppe besucht werden.