



Ehe-, Familien- und Lebensberatung
im Bistum Passau



FamShip

Ein bindungs- und
emotionsfokussiertes
Training für Eltern
und Erziehende

Ehe-, Familien- und Lebensberatung im Bistum Passau
www.efl-passau.de



Was ist FamShip?

FamShip ist ein neuer Kurs für Eltern und Erziehende.

Die Bilder „Schiff“, „Seefahrt“ und „Hafen“ sollen das Familienleben in seiner sichernden, freisetzenden und verantwortungsvollen Qualität anschaulich zu machen.

Mit dem Begriff **FamShip** wird ausgedrückt, dass die Familien-Kapitäne mit einer guten Navigation das Schiff „Familie“ sicher, entspannt und freudig steuern können – und dass dieser einer geschulten Fähigkeit bedarf.

Eltern in ihrer Erziehungsaufgabe unterstützen

Für heutige Eltern als Katholische Kirche glaubwürdig und wirkungsvoll da zu sein, ist in der gegenwärtigen Zeit eine enorme Herausforderung. Im Namen des mitgehenden, feinfühligen und präsenten Gottes will sich die Kirche von Passau für ein sicheres Aufwachsen und Gedeihen unserer Kinder einsetzen.

Die Ehe-, Familien- und Lebensberatung im Bistum Passau (EFL) hat dazu ein Elterncoaching entwickelt, das wissenschaftlich fundiert die aktuellen pädagogischen Standards und psychotherapeutischen Methoden integriert.

Zudem gibt das Training erprobte Antworten auf die aktuellen Herausforderungen im Bereich Erziehung und Bildung. Es bietet ein umfassendes Konzept für das erzieherische ob als junge Eltern oder Groß-Eltern, als Alleinerziehende oder Eltern in einer Pflegefamilie.



Ziele und Inhalte



Aufbau und Erhalt einer sicheren Bindung

In einer sicheren Bindung erfährt ein Kind Schutz, Verlässlichkeit und Trost, Freiheit und Orientierung. Kinder, die sicher gebunden sind, fühlen sich „wie im sicheren Hafen“ geborgen und trauen sich deshalb immer mehr selbständig, erkundend und autonom zu sein. Besonders im Umgang mit Gefühlen, Bedürfnissen und Konflikten zeigt sich, wie hilfreich eine sichere Bindung ist.



Emotionale Intelligenz

Indem Eltern die Gefühle des Kindes wahrnehmen, anerkennen und verstehen, lernt das Kind seine eigenen Gefühle wahrzunehmen und zu regulieren. Es akzeptiert seine Bedürfnisse und findet leichter Lösungen für Probleme. Besonders hilfreich ist dies in der Bewältigung von unangenehmen Gefühlen wie Ärger, Wut, Angst, Traurigkeit, Schuld oder Scham, die häufig hinter Konflikten in der Familie stehen.



Konflikte lösen und Grenzen setzen

Eine gute und gelassene Erziehung kommt ohne Strafen und abwertendes Schimpfen aus. Dennoch gelingt es, sozial angemessene Umgangsformen zu lernen, Regeln einzuhalten, Rücksicht zu nehmen auf die Gefühle und Bedürfnisse anderer, sowie mitzu- und zu kooperieren. Am Beispiel der digitalen Medien ist dies derzeit besonders wichtig und wird im Training intensiv eingeübt.



Umgang mit nicht lösbaren Problemen

Nicht alles ist lösbar. Schon gar nicht, wie Mutter oder Vater sich das vorstellen. Deshalb enthält der Kurs wichtige Hinweise, wie Eltern mit pädagogischen Dauerbrennern und nicht lösbaren Problemen umgehen können. Dies führt zur wichtigen Frage, wie Eltern gut für sich sorgen und eigene blinde Flecke frühzeitig erkennen.



Freude in der Familie

Neben dieser „Arbeit“ aber geht es in dem Training auch darum, mehr Freude in der Familie zu erleben und Gemeinsamkeit bewusst zu gestalten.



Teilnehmen

Für wen ist das Training gedacht?

Das Training richtet sich an Mütter, Väter, Elternpaare, Patchwork-Eltern, Alleinerziehende, Groß- und Pflegeeltern sowie Erziehungsberechtigte, die Kinder im Alter von ca. 3-14 Jahren betreuen oder erziehen. Genauso können Erzieher/-innen, Kinderpflegerinnen sowie Menschen in pädagogischen und sozialen Berufen teilnehmen.

Wann ist es ratsam, einen Kurs zu besuchen?

- Wenn es mit oder wegen der Kinder oft zu Konflikten und Streit kommt.
- Wenn Kinder oft heftige Gefühle haben und man ihr Verhalten als störend empfindet.
- Wenn man sich als Mutter oder Vater oft hilflos und frustriert fühlt.
- Wenn es gut läuft und man Bestätigung und Anregung bekommen will.

In welcher Form finden Kurse statt?

FamShip wird in kleinen überschaubaren Gruppen von 4-12 Teilnehmern angeboten. 6 Einheiten finden im 14-tägigem Abstand in Präsenz statt. Jede Einheit dauert 2,5 Stunden. Es gibt analog einen Onlinekurs, der niederschwellig von zu Hause aus besucht werden kann. 1-2 ausgebildete und zertifizierte FamShip-Trainer/-innen begleiten durch den Kurs. Die Kurseinheiten enthalten kurze theoretische Einführungen. An konkreten Beispielen werden Lösungen für problematische Situationen gezeigt. Diese werden auf eigene Situationen mit den

Kindern übertragen und angewandt. Sprache und Beispiele sind kindgerecht und einfach gehalten.

Wo finde ich FamShip-Kurse?

Kurstermine sind zu finden auf der Homepage der EFL www.efl-passau.de, auf den Internetseiten der Katholischen Erwachsenenbildung im Bistum Passau und weiteren Kooperationspartnern.

Gebühr / Ermäßigung

Die Gebühren für FamShip variieren je nach Zuschussmöglichkeiten. Die Beträge sind in den konkreten Ausschreibungen zu finden. Der Onlinekurs ist günstiger.

Bei geringem Einkommen und großen finanziellen Belastungen ist eine Reduzierung möglich. Bitte fragen Sie bei der Anmeldung nach. Ein Nachweis über Ihre Einkommenssituation ist nicht notwendig.

Qualität

Das Elterntraining ist von Fachleuten aus Pädagogik, Psychologie, Psychotherapie und Erwachsenenbildung konzipiert worden. Alle Trainer/-innen durchlaufen ein intensives Ausbildungsprogramm, werden fachlich geprüft und vom psychologischen Fachdienst EFL zertifiziert. Sie bilden sich regelmäßig weiter und besprechen ihre Erfahrungen in Supervision und kollegialer Intervention. Die Qualität der Kurse wird durch Evaluationen seitens der EFL regelmäßig geprüft.



Selbst einen Kurs veranstalten

Sie haben Interesse an FamShip und finden keinen Kurs in Ihrer Nähe?

Werden Sie aktiv und veranstalten Sie selbst einen Kurs!

Wir brauchen vor allem sichere, entspannte und feinfühligel Eltern: dafür zu arbeiten lohnt und sichert eine psycho-sozial lebenswerte Zukunft!

In Zusammenarbeit mit der Ehe-, Familien- und Lebensberatung und der katholischen Erwachsenenbildung können Sie in Kooperation mit einer Kindertagesstätte, der Pfarrei, einem Verband, Schule oder Einrichtung selbst einen FamShip-Kurs auf die Beine stellen.

Ansprechpartner

Bitte wenden Sie sich an das Zentralbüro FamShip in der Abteilung Ehe, Familie und Kinder oder an Ihr Katholisches Kreisbildungswerk als Veranstalter von FamShip.

Bistum Passau – Abteilung Ehe, Familie und Kinder

Telefon 0 851 / 393 6101

E-Mail lena.klinger@bistum-passau.de (Sekretariat)

Internet www.bistum-passau.de/beratung-seelsorge/familie-kinder

Trainer werden

Sie haben Interesse, als FamShip-Trainer*in zu arbeiten?

Famship-Trainer*innen sind in der Regel als Honorarreferenten im Rahmen der katholischen Erwachsenenbildung tätig. Für diese Tätigkeit wird eine Weiterbildung angeboten.

Voraussetzung sind eigene Erfahrungen in pädagogischer und einer beratenden Tätigkeit, der Kontakt zu Kindern und Eltern, sowie Erfahrungen im Leiten von Gruppen.

Wenden Sie sich bitte bei Interesse an die Ehe- und Familienberatung im Bistum Passau

Telefon 0 86 71 / 18 62 oder 0 851 / 3 43 37

E-Mail famship@efl-passau.de

Internet www.efl-passau.de



“ Stimmen

Eltern, die am Kurs bereits mitgemacht haben, berichten von positiven Veränderungen in der Familie, erfolgreicher Konfliktlösung und mehr Freude im Familienleben. Beispielhafte Lernerfahrungen sind:

“... nicht sofort zu reagieren. Mit Ruhe an die Dinge zu gehen: erst mal durchatmen oder abwarten.”

“... beim Nachlesen des Erlernten im Elternheft die Übungen nachhaltig zu vertiefen.”

“... mehr zu akzeptieren, dass auch wir als Eltern zu unseren Bedürfnissen stehen dürfen.”

“... den Umgang mit Medien im Kurs zu besprechen.”

“... Emotionen der Kinder jederzeit ernst zu nehmen und auf sie einzugehen.”

“... auf mich zu achten, was ich wirklich will.”

“... Ruhe zu bewahren. Gemeinsam mit den Kindern Lösungen zu finden.”

“... Bedürfnisse zu erkennen, was hinter dem Verhalten steckt.”

“... in der Beziehung sich besser abzusprechen, wie man in Erziehungssituationen reagiert.”

“... auf mich selbst zu achten, damit es allen anderen gut gehen kann.”

“Ich bin sicher in der Erziehung geworden, habe Handwerkszeug parat, das ich sofort anwenden kann.”

“Der Kurs: gute Atmosphäre, interessant, lustig.”

