

## Kindern Mut zum Leben machen

Mutige Menschen haben ein gesundes Selbstwertgefühl. Und Menschen mit einem gesunden Selbstwertgefühl sind, wenn die Situation es erfordert, mutig. Es ergibt sich die Frage: Kann man Mut und Selbstwertgefühl von außen stabilisierend beeinflussen? Die Antwort darauf lautet: Ja! Für die Entwicklung und Stabilisierung eines gesunden Selbstwertgefühls sind heute die fünf wichtigsten Gründe bekannt:

1. Erfahrung von Annahme und Geborgenheit
2. Die Erfahrung des Könnens
3. Orientierung an sinnvollen Zielen und klaren Spielregeln
4. Trotz Konflikten ein gutes Team bleiben
5. Erfahrung von Kreativität und Lebensfreude

Diese Erfahrungen sind in der Persönlichkeitsentwicklung für Kinder und für Erwachsene gleichermaßen wichtig.

## Wertorientierung – Warum?

Tragfähige Werte sind wichtige Rahmenbedingungen und Voraussetzungen dafür, dass sich ein Kind zu einer lebensfreundlichen, an der Welt und den Mitmenschen interessierten, sozialen Persönlichkeit entwickelt.

Wertorientierung ist ein zentraler Baustein im Menschenbild der Logotherapie. Der Leitgedanke dieses Ansatzes lautet: Der Mensch ist seinem Wesen nach wert- und sinnorientiert. Der Wille, ein sinnvolles Leben zu führen, ist das zentrale Motiv des Lebens.

Von dieser Einsicht und einer Fülle anderer logotherapeutischer Erkenntnisse her, handelt es sich beim **wertorientierten Erziehungskurs** um ein Erziehungskonzept, das das Wohl der Kinder und der Eltern im Blick hat. Es ist so konkret, dass es unmittelbar im Erziehungsalltag angewendet werden kann.



## Der Erziehungskurs umfasst folgende fünf Einheiten:

### 1. „Ich bin gemocht“ – Erfahrung von Annahme und Geborgenheit

Die Erfahrung, dass man von anderen Menschen gemocht und geschätzt wird, gehört zu den wichtigsten Erfahrungen eines Kindes. Der **wertorientierten Erziehungskurs** fördert anhand konkreter Beispiele die Umsetzung von positiven Beziehungen zwischen Eltern und Kind.

### 2. „Ich kann etwas“ – Die Erfahrung des Könnens

Die Erfahrung von Kompetenz, die innere Überzeugung: „Ich kann etwas“, ist ein wesentlicher Stützpfiler für ein gesundes Selbstwertgefühl. In irgendeinem Bereich ist jedes Kind ein „Könnner“. Im Erziehungskurs werden Eltern dazu befähigt, diese Bereiche bei ihrem Kind zu entdecken und die Eigenkompetenz ihres Kindes darin zu stärken.

### 3. „Ich weiß, wo es lang geht“ – Orientierung an sinnvollen Zielen und klaren Spielregeln

Die Möglichkeit, sich an Regeln und sinnvollen Zielen orientieren zu können, gehört zu den Grundbedürfnissen des Menschen. Im **wertorientierten Erziehungskurs** erwerben Eltern die Kompetenz, klare Spielregeln zu setzen. Damit bekommt das Kind gleichsam einen festen Boden unter den Füßen. So kann es sich frei und möglichst angstlos im Leben bewegen.

### 4. „Ich möchte ja gut sein“ – Trotz Konflikten/Schwierigkeiten ein Team bleiben

Konflikte gehören zum Zusammenleben dazu und damit auch zur Mutter/Vater-Kind-Beziehung. Sie sind Ausdruck der Einmaligkeit und Einzigartigkeit eines jeden Menschen und damit positiv gedeutet Motor menschlichen Zusammenlebens. Der **wertorientierten Erziehungskurs** vermittelt Eltern Fertigkeiten, mit Konflikten und Schwierigkeiten beziehungsfördernd umzugehen.

### 5. „Ich freue mich am Leben“ – Erfahrung von Kreativität und Lebensfreude

Die fünfte Einheit des **wertorientierten Erziehungskurses** gibt Eltern konkrete Impulse, wie Kinder Lebenskraft durch Erfahrung von Lebensfreude und Lebenslust tanken können.

## Hier wird's konkret ...

- ✗ Beide Erziehungskurse (der wertorientierte Erziehungskurs und KESS-erziehen) wenden sich an Erziehende von Kindern im Alter bis 12 Jahre.
- ✗ Jede Einheit umfasst ca. zwei Stunden.
- ✗ Fachlich ausgebildete KursleiterInnen führen die Kurse mit max. 8 Paaren bzw. 14 TeilnehmerInnen durch.
- ✗ Die Kurse werden über eine Pfarrei/Pfarreiengemeinschaft und deren Gremien (z. B. Mutter-Kind-Gruppen, Kindergarten, Grundschule) in der Pfarrei beworben und angeboten.
- ✗ Für zusätzliche Informationen, weitergehende Planungen und konkrete Kursangebote stehen die **Regionalstellen der Ehe- und Familienseelsorge** gerne zur Verfügung.

## Das Ziel

**KESS-erziehen** eröffnet Müttern und Vätern Wege zu einem entspannten und erlebnisreichen Miteinander:

- durch „Edelstein-Momente“ das Familien-Gefühl stärken
- respektvoll miteinander umgehen
- die Selbstverantwortung des Kindes fördern
- störendes Verhalten besser verstehen
- gelassener reagieren
- notwendige Grenzen durchsetzen
- drohende Konflikte kreativ entschärfen
- Oasen für sich selbst schaffen

## Der Weg

**KESS-erziehen** wurde von Pädagogen und Psychologen auf der wissenschaftlichen Basis der Individualpsychologie Alfred Adlers entwickelt und praktisch erprobt. Der Kurs richtet sich an Eltern von Kindern ab dem 2. Lebensjahr. Er knüpft an konkrete Erfahrungen der Teilnehmenden an.

### Er umfasst fünf Einheiten

1. Das Kind sehen – soziale Grundbedürfnisse achten
2. Verhaltensweisen verstehen – angemessen reagieren
3. Kinder ermutigen – die Folgen des eigenen Handelns zumuten
4. Konflikte entschärfen – Probleme lösen
5. Selbstständigkeit fördern – Kooperation entwickeln

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



## Die Haltung

**KESS-erziehen** vermittelt Eltern viele praktische Anregungen für den Erziehungsalltag. Und, noch wichtiger: eine Einstellung, die das Zusammenleben in der Familie erleichtert.

### K wie kooperativ.

Das heißt: gemeinsam für ein gutes Familienklima sorgen. Regeln verabreden statt diktieren. Konflikte so lösen, dass keiner zu kurz kommt.



### E wie ermutigend.

Das heißt: sich dem Kind zuwenden, seine Selbstständigkeit fördern. Ihm zumuten, die Verantwortung für sein Handeln zu übernehmen.

### S wie sozial.

Das heißt: die Bedürfnisse des Kindes nach Zuwendung und Mitbestimmung erfüllen. Und darauf achten, dass es seinerseits die Bedürfnisse der Eltern respektiert.

### S wie situationsorientiert.

Das heißt: nicht stur „nach Lehrbuch“ erziehen. Sondern die persönlichen Möglichkeiten und Ziele von Eltern und Kindern berücksichtigen.

**Kess**  
kooperativ | ermutigend | sozial | situationsorientiert  
erziehen®

Kooperationspartner für **KESS-erziehen** in der Diözese Augsburg ist das Kolping-Erwachsenenbildungswerk e. V.

Ehe- und Familienseelsorge  
der Diözese Augsburg  
Kappelberg 1  
86150 Augsburg  
Telefon 0821/3152-281  
Telefax 0821/3152-464  
efs@bistum-augsburg.de  
www.beziehung-leben.de



Kindern Mut zum  
Leben machen  
Wertorientierte Erziehungskurse

**KESS-erziehen**  
kooperativ – ermutigend – sozial – situationsorientiert

... ein starkes Doppel  
für die Erziehung



Referat Ehe und Familie

www.beziehung-leben.de

Diözese  
Augsburg