

# FREIHEIT VON GEWALT

## Kreative Lösungen finden – Gewalt erkennen, vorbeugen und verhindern

Ein Projekt im Rahmen des Innovationscalls „Impuls:Elternbildung“ des Landes Steiermark,  
Fachabteilung Gesellschaft 2024 bis 2025

### Vortrags- & Gesprächsreihe zum Thema für Eltern, Betreuungspersonen und Interessierte

#### ONLINE

#### Bedürfniswahrnehmung

Di 16.4.2024 19:00 Uhr

**Mag.<sup>a</sup> Ingrid Reinhalter** *Psychologin, GFK Multiplikatorin, systemischer Familien Coach*

Alle Menschen haben dieselben Bedürfnisse. In Kontakt mit unseren Bedürfnissen zu sein schafft Entspannung und Frieden. Wenn wir um diese Kraft in uns wissen und unsere Bedürfnisse bewusst wahrnehmen und nähren, so erreichen wir eine vollkommen neue Qualität der Selbstfürsorge.

#### ONLINE

#### Bindung & Bindungsaufbau

Di 14.5.2024 19:00 Uhr

**Lucija Jurišić, MA** *Sozialarbeiterin, SAFE Mentorin, Motopädagogin, SOKI Pädagogin, BBT Beraterin*

Liebe, Geborgenheit, Sicherheit und Schutz ist die Basis für eine gesunde Entwicklung. Eine sichere Bindung zu Bezugspersonen bildet ein stabiles Fundament für die Persönlichkeit des Kindes. Welche Bindungstypen gibt es und wie wirken sich diese auf die Beziehungen zu anderen und im Familienleben aus? Wie kann ein guter Bindungsaufbau zum Kind gelingen?

**EBZ Bruck-Mürzzuschlag – Koloman Wallisch Platz 3, 1. Stock, 8600 Bruck/Mur**

#### Emotionen und Regulation

Di 4.6.2024 19:00 Uhr

**Mag.<sup>a</sup> Ingrid Reinhalter** *Psychologin, GFK Multiplikatorin, systemischer Familien Coach*

Gefühle machen uns darauf aufmerksam, ob unsere Bedürfnisse erfüllt oder unerfüllt sind. Somit können wir Eltern intensive Gefühle als Chancen betrachten, um unseren Kindern nahe zu sein, indem wir ihre Gefühle wahrnehmen und mitfühlen. Das Benennen und Aushalten der Gefühle ist der erste Schritt zur Regulation negativer Emotionen.

#### ONLINE

#### Feinfühligkeit im Familienalltag

Di 18.6.2024 19:00 Uhr

**Lucija Jurišić, MA** *Sozialarbeiterin, SAFE Mentorin, Motopädagogin, SOKI Pädagogin, BBT Beraterin*

Die Wahrnehmung und Versorgung eigener Bedürfnisse fördert die Feinfühligkeit zum Kind. Durch ein feinfühliges Miteinander gelingt es die Bedürfnisse des Kindes wahrzunehmen, zu deuten und angemessen darauf zu reagieren. Dadurch wird die Bindung zwischen Kind und Bezugsperson gestärkt. Welchen Gewinn hat dieser Zugang für das Familienleben?

#### ONLINE

#### Gewaltfreie Kommunikation im Familienalltag

Di 17.9.2024 19:00 Uhr

**Mag.<sup>a</sup> Ingrid Reinhalter** *Psychologin, GFK Multiplikatorin, systemischer Familien Coach*

„Jeder Mensch macht in jedem Augenblick seines Lebens das Beste, was er für sein Leben tun kann.“  
Marshall Rosenberg

Gewaltfreie Kommunikation vermag Eltern dabei zu unterstützen, eine einfühlsame Beziehung zu ihren Kindern aufzubauen. Doch es ist keine Methode, vielmehr eine Haltung, die in der einfühlsamen Beziehung zu sich selbst beginnt...

## ONLINE

## Gewaltfreie Erziehung

Di 8.10.2024 19:00 Uhr

**Lucija Jurišić, MA** Sozialarbeiterin, SAFE Mentorin, Motopädagogin, SOKI Pädagogin, BBT Beraterin  
Strafen, Regeln, Konsequenzen. Erziehung ist alles andere als einfach und stellt uns vor große Herausforderungen. Wie wollen wir unseren Kindern begegnen und wie nicht? Eine gewaltfreie Erziehung bietet einen Rahmen, in dem Kinder in ihrer Autonomie ermutigt, bestärkt und geschützt werden. Wie kann ein entwicklungsförderliches Miteinander auf Augenhöhe mit unseren Kindern gelingen?

**EKiZ Mürztal – Untere Berggasse 4, 8662 St. Barbara im Mürztal**

## Selbstwirksamkeit und Selbstbestimmung

Di 12.11.2024 19:00 Uhr

**Mag.<sup>a</sup> Ingrid Reinhalter** Psychologin, GFK Multiplikatorin, systemischer Familien Coach

Anstatt über Selbstwirksamkeit zu sprechen, geht es oft um den Begriff „Macht“.

Dann ist schnell die Rede von „Tyrannenkindern“ und notwendigen Grenzen.

Doch Selbstwirksamkeit bei Kindern ist ein Zeichen von Intelligenz. Welche Möglichkeiten habe ich, um Einfluss zu nehmen und wie kann dieser Bereich verändert werden?

# Kasperletheater – Der Giraffentraum

**EKiZ Mürztal – Untere Berggasse 4, 8662 St. Barbara im Mürztal**

Di 24.6.2024 17:00 Uhr

**EBZ Bruck-Mürzzuschlag - Koloman Wallisch Platz 3, 1. Stock, 8600 Bruck/Mur** Di 21.10.2024 16:00 Uhr

## Wahrnehmungsgruppe

Ich will verstehen was Du wirklich brauchst!

**EBZ Bruck-Mürzzuschlag - Koloman Wallisch Platz 3, 1. Stock, 8600 Bruck/Mur**

Für Eltern mit Kindern von 1 – 3 Jahren

**EKiZ Mürztal – Untere Berggasse 4, 8662 St. Barbara im Mürztal**

Für Eltern mit Kindern von 2 – 5 Jahren

Dienstag 15 – 16:30 Uhr

15.10.2024, 22.10.2024, 29.10.2024, 5.11.2024, 12.11.2024, 19.11.2024

Das Kind lernt kompetent und verantwortungsvoll mit eigenen Gefühlen und den Gefühlen anderer Menschen umzugehen.

Die Eltern werden sensibilisiert für die Bedürfnisse und Gefühle der Kinder um diese besser verstehen und darauf reagieren zu können.

Gewaltfreie Erziehung wird spielerisch mit Eltern und Kindern in dieser Gruppe erfahren:

Emotionales Verständnis von sich selbst, sich in die Situation anderer einfühlen, hilfsbereit sein, eigene Wünsche, Bedürfnisse, Meinungen zum Ausdruck bringen und selbstbewusst vertreten.

### Anmeldung unter

**EBZ Bruck-Mürzzuschlag - Koloman Wallisch Platz 3, 1. Stock, 8600 Bruck/Mur**

0676 866 43 585

bhbm-ebz@stmk.gv.at

www.bh-bruck-muerzzuschlag.steiermark.at

**EKiZ Mürztal – Untere Berggasse 4, 8662 St. Barbara im Mürztal**

0664 80 55 329

ekiz-muerztal@kinderfreunde-steiermark.at

www.famak.at