



Liebevolle Führung in der Familie Aus Erziehung wird Beziehung

Führung schafft Vertrauen

In der heutigen Welt brauchen Kinder mehr denn je klare, verlässliche Signale von ihren Eltern. Dies ist nicht immer einfach, weil sich die Eltern nicht wie früher auf einen allgemein gültigen Wertekonsens stützen können. – Umso wichtiger ist es, dass die Eltern wissen was sie wollen.

familylab-Elterngruppen bestehen aus vier Treffen mit folgenden Themen:

- Elterliche Führung: Erziehen ohne Schimpfen und Bestrafen, wie soll das gehen?
- Wann Grenzen setzen, wann nein sagen, wie umgehen mit Konflikten?
- Für was sind Eltern verantwortlich und wo können Eltern die Verantwortung abgeben?
- Sinnvolle Gespräche führen mit Kindern und Jugendlichen.
- Wie können wir das Selbstwertgefühl unserer Kinder stärken?



Kinder lernen vor allem durch das, was Eltern tun, weniger durch das, was sie sagen.
Jesper Juul

Nach dem ersten Treffen entscheiden die Teilnehmer selbst, ob sie sich für die folgenden drei Treffen verpflichten wollen.

Als Ausgangspunkt für die gemeinsame Arbeit sollen die Fragen, Konflikte oder Probleme dienen, die Eltern im Umgang mit ihren Kindern erleben. Der Dialog mit Gleichgesinnten unter fachlicher Leitung soll eine Stärkung für die Eltern sein.

Leitung:

Alexandra Heisenberg, zertifizierte Familien- und Paartherapeutin nach Jesper Juul, Coach (DBVC), Achtsamkeitslehrerin (MMTCP), Primarlehrerin, Mutter von zwei Kindern.



Gemeinsam
wachsen

Daten:

13.01. / 03.02. / 24.02. / 10.03.2026
jeweils von 19.30 – 21.30 h

Ort:

Family Care Center, Luzern Süd
Ringstrasse 37 (Erdgeschoss)
6010 Kriens

Parkmöglichkeiten sind vorhanden.
Gute ÖV-Anbindung.

Kosten:

CHF 200.- pro Person für 4 Treffen à 2 Std.
CHF 360.- pro Paar für 4 Treffen à 2 Std.

Wir führen einen Dialog, um etwas über uns
selbst, den anderen und über das Thema
zu lernen – nicht um den anderen von einer
vorgefertigten Meinung zu überzeugen.
Jesper Juul

„Was kann ich als Mutter oder Vater verändern, damit ich mit meinem Kind besser in Beziehung bin?“ Das ist das Thema und nicht die Frage: „Wie bekomme ich schnell ein braves und gut funktionierendes Kind?“

Anmeldung an:

Alexandra Heisenberg
info@alexandraheisenberg.com
www.alexandraheisenberg.com
Tel +41 (0)76 539 11 17

family/lab.ch®