

Themenauswahl für Mitarbeiter, Gemeinde und Weiterbildung für Familie, Partnerschaft und Beruf

für Familien

Familienleben

Erziehung hat in unserer Vorstellung oft mit Strenge und Stress zu tun. Aber sie kann auch abwechslungsreich sein. Impulse, die die Verantwortung der Eltern ernst nehmen. Eltern und Kinder sind Partner, die das Leben der Familie gestalten *PEP

Glauben wie die Kinder

Erziehung ist Beziehung – Glaubenswerte und gute Gewohnheiten weiter geben und Kinder „christlich“ erziehen – Wie kann das gut gehen? Und was muss ich vielleicht dabei auch hinterfragen?

„Jetzt reicht’s aber!“ - ...wo kann und wo muss ich Grenzen setzen? *PEP
Der Geduldsfaden ist nicht unendlich lang – irgendwann reicht es – und dann platzt uns der Kragen. Wie kann es gelingen, in der Erziehung klare Grenzen zu vermitteln – Grenzen, die Kinder so dringend brauchen?

Starke Kinder – und was Eltern dazu tun können

Was können Eltern, Großeltern und Erzieher dafür tun, dass Kinder stark werden und bleiben? Was ist Stärke überhaupt und was sollte ich fördern? Resilienz – die Stärke mit den Widrigkeiten des Lebens gut umzugehen – das wünschen wir jedem Kind.

Geschwister „Ich lieb dich – ich hass dich“

Geschwister zu haben ist schön – denken oft Einzelkinder ... Diese frühen Beziehungen prägen uns oft ein Leben lang, auch mit 50 bin ich dort immer noch „die Kleene“.

Mutters Liebe – Vaters Kraft Unterschiedlichkeit von Vätern und Müttern – Der Vater macht’s nicht so, wie Mutter – ist es deswegen falsch? Liebe und Verantwortung für Kinder ist eine Aufgabe, bei der wir uns gut ergänzen können.

Mein Kind – dein Kind – Patchworkfamilien-Alltag

Endlich wieder einen neuen Partner gefunden, mit dem man sich gut versteht – aber auch er/sie ist nicht allein. Zusammen gesetzte Familien scheinen heute fast die Regel zu sein – wie kann das Zusammenspiel so vieler Faktoren gut gelingen?

Erziehungsziele – Wegweiser durch den Alltag *PEP *Ich schaff’s!
Für den Beruf, fürs Autofahren ... für vieles machen wir eine Ausbildung und Prüfung – nur Kindererziehung geschieht einfach irgendwie von selbst – oder eben doch nicht? Was ist mir wichtig, was möchte ich meinen Kindern mitgeben für das Leben?

Den Kaktus umarmen? – Leben mit Teenagern *PEP Teens

Auseinandersetzungen um Kleinigkeiten – Türenknallen – Wortlosigkeit – Ignoranz von Grenzen ... so kann die Zeit gekennzeichnet sein, in der aus dem Kind ein selbständiger Erwachsener werden will.

Zappelphilipp - AD(H)S – verstehen, damit leben

Hyperaktiv und/oder Tagträumer – impulsives Verhalten, Konzentrationsprobleme, chaotisch und unstet, vergesslich und kritikempfindlich – nur eine Folge unserer hektischen Umwelt? Eltern, Erzieher, Lehrer, betroffene Erwachsene und ihre Partner, Seelsorger haben oft ein Informationsbedürfnis, um mit Betroffenen gut zusammen zu leben.

ADHS verstehen und in der Familie damit leben ***

Oma werden ist nicht schwer... von der Bedeutung der Großeltern im Leben der Kinder

für Paare

Passen wir zusammen? ***

Partnerschaft auf Dauer, vielleicht heiraten – wie zeitgemäß ist das? Jedenfalls ist es der Wunsch und Traum der meisten jungen Leute. Nicht nur zufällig Glück haben, sondern das Glück selbst gestalten ist unser Thema.

Liebe kann gelingen 0 ***

Haben Ehe, Partnerschaft und Familie überhaupt noch eine Chance? Arbeitgeber wünschen Flexibilität. Zwei sind berufstätig oder kämpfen darum. Arbeitslosigkeit bringt finanziell Engpässe. Kinder benötigen Zuverlässigkeit. Ein Grundstück bzw. ein Haus müssen berücksichtigt werden – von einer älteren und pflegebedürftigen Generation ganz zu schweigen. Im Chaos des Lebens haben viele Menschen Sehnsucht nach einer tragfähigen Partnerschaft.

Was die Liebe braucht ***

Sie scheint ein Selbstläufer zu sein – vielleicht hat man Glück, und sie hält länger als die Partnerschaften der anderen. Jeder kann selbst viel dazu beitragen und der Liebe Nahrung geben.

Wer sich ändert, bleibt sich treu - Paare in den Veränderungen des Lebens ***

Verliebt – verlobt – verheiratet und dann? Langeweile? Immer dasselbe? Ich weiß schon, was der andere sagt, ohne dass er schon etwas gesagt hätte? Im Laufe des Lebens ist es immer wieder notwendig, die Partnerschaft zu prüfen und neu zu gestalten.

„Wir zwei sind reif für die Insel!“ Stressbewältigung für Paare ***

Paare können sich auch gegenseitig noch Stress machen – neben dem von Beruf und Familie aber gerade Paare können sich auch super unterstützen.

Liebe – ein Leben lang***

Noch nie in der Menschheitsgeschichte währte statistisch das Zusammenleben von Paaren so lange, wie wir es heute erleben können. Sind wir uns dieser Herausforderung bewusst? Und was machen wir zusammen, wenn z. B. die Kinder aus dem Haus sind?

Immer noch verheiratet?!

Immer wieder werden Ehen geschieden – oder Paare heiraten nicht, damit das nicht passieren kann. Was macht die Ehe zur Ehe, und wie können wir sie über die Alltagsjahre hinweg glücklich gestalten?

Glückliche Ehe – Zufallstreffer?!

Es ist wichtig, den Richtigen oder die Richtige zu finden – Pech, wenn uns das nicht gelingt – Können wir nur mit dem Idealpartner glücklich werden? Und was ist Glück überhaupt?

für verschiedene Lebenssituationen

Leben - statt gelebt werden

Werden Sie gelebt? Dringende Aufgaben lassen oft wenig Raum für die eigene Lebensplanung. Wann tun wir das, was wir wirklich erreichen wollen? Gemeinsam wollen wir darüber nachdenken und Impulse mit in den Alltag nehmen.

Den eigenen Gefühlen ausgeliefert?

Gefühle wie Freude und Angst, Liebe und Trauer oder Wut gehören zum Menschsein dazu und sind die Farben unseres Lebens. Aber manchmal scheinen sie stärker zu sein als wir selbst. Wie können wir gut damit umgehen?

Platzen vor Wut!

Ärger, Wut und Zorn sind starke Gefühle – jeder geht anders damit um. Hinunterschlucken oder Dampf ablassen – gibt es gute Alternativen?

Selbstwert – eine Feder im Wind?

Minderwertigkeitsgefühle – sind sie oft Folge einer christlichen Erziehung? Liebe Gott und deinen Nächsten wie dich selbst – für viele Menschen stimmt nur der erste Teil des Satzes – aber weil Gott uns liebt, dürfen wir uns auch selbst ernst nehmen.

Habe ich Stress? – oder hat er mich?

Stress bewältigen und positiv nutzen – Wenn Termindruck und die Angst, nicht mehr alles zu schaffen, unser Leben bestimmen, wird es Zeit die Notbremse zu ziehen. Wie kann das gelingen?

Small Talk – oder echte Begegnung

Es scheint so normal zu sein und ist doch oft so schwierig – das zu sagen, was der andere versteht und das zu verstehen, was der andere sagt.

Wenn der andere doch anders wär!

Der persönliche Lebensstil der Menschen kann sehr unterschiedlich sein und drückt sich im Leben und Glauben anders aus. Vielfalt und Toleranz sind zwei wichtige Eckpunkte im täglichen Miteinander und in den christlichen Gemeinden.

Leben mit angezogener Handbremse

Bequemlichkeit, Wohlstand, Komfort – wir genießen es alle – aber manchmal können wir uns „das echte Leben“ gar nicht mehr vorstellen. Das Leben selbst zu gestalten und eigene Ziele ins Auge zu fassen, bedeutet oft, auf manches zu verzichten – eine Gewinn-Verlust-Rechnung für Veränderungen.

Nur keinen Streit vermeiden!

Konflikte gibt es überall – in der Partnerschaft und Familie, in der Gemeinde, im Beruf und im Freundeskreis. Welche Unterschiede kann ich selbst gestalten zwischen Alles-unter-den-Teppich-kehren, Schlammschlachten oder einer guten und konstruktiven Auseinandersetzung.

Glauben und seelisch gesund sein

Statistiken sagen, dass Christen gesünder leben. Und trotzdem gibt es viele Christen, die seelisch leiden, auch krank sind. Kann Glauben krank machen? Dieser Vortrag möchte auf die speziellen Fragen von Christen zu seelischer Gesundheit eingehen

Vergeben und vergessen?

Wir werden verletzt – wir verletzen andere – manches bemerken wir, manches nicht, manches ist Alltag – manches prägt unser Leben schwerwiegend. Vergebung – Versöhnung – Vergessen – gehört das nicht untrennbar zusammen?

Eingefahrene Gleise verlassen

... die Weichen neu stellen. Veränderungen sind möglich, ganz praktisch und Schritt für Schritt.

Die Grenzen dicht machen

Grenzen setzen – Grenzen achten – Harmonie in Gefahr!? Manchmal sagen wir nicht, was wir wollen und was wir nicht wollen und wundern uns, wenn andere so tun, als wüssten sie es nicht.

Alt = einsam?

Im Alter sind viele Möglichkeiten eingeschränkt. Gemeinsam mit alten Menschen wollen wir nachdenken, wie jeder den Alltag noch gut und befriedigend gestalten kann.

Wenn Angst das Leben einengt

In gefährvollen Situationen ist es normal, mit Angst zu reagieren. Aber manche Menschen schränken ihr Leben immer mehr ein, weil sie Angst haben, die sie nicht begründen können. Was kann ich selbst dagegen tun? Wie kann ich Freunden hilfreich sein?

Depressiv- und nun?

Depressionen können Betroffene, Angehörige und Freunde hilflos machen. Was können wir nun noch tun? Impulse für eine hilfreiche Begleitung.

Entspannung tut not!

- Auch für Christen. Oft sind da Vorbehalte und Ängste vor unbekanntem Inhalten. Die Reaktionen des eigenen Körpers wahrnehmen und im Alltag bewusst damit umzugehen – eine Hilfe in der Hektik unsere Umwelt.

Ich schaff das nicht!" – ausgebrannt durch Beruf und/oder Familie

Nur wer eine oder viele Aufgaben wirklich gern und hochmotiviert in Angriff nimmt – für die Sache „brennt“ – der kann auch aus-brennen, wie ein Feuer, bei dem nichts mehr nachgelegt wird.

Haben auch Erwachsene ADHS? Und wenn – was dann? ***

Bei Kindern wird widersprüchlich darüber diskutiert – aber was, wenn sie erwachsen werden? Wo ist es dann hin ... ? ADHS nicht nur als Krankheit, sondern als Lebensstil zu sehen ... mit Vor- und Nachteilen.

Ich schaff das! – Ziele finden und umsetzen ***

Gute Vorsätze – nicht nur zum Jahresbeginn – was motiviert uns, wirklich dran zu bleiben?

Nichts bleibt wie es ist

Lebensphasen und ihre Übergänge – geboren werden, Kindheit, Jugend ... alles hat seine Zeit und es ist manchmal gar nicht so einfach, mit dem Leben Schritt zu halten.

Blindlings vertrauen

Oft müssen wir vertrauen – dem Piloten, dem Arzt u. a., Beziehungen leben vom gegenseitigen Vertrauen – Gottvertrauen kann uns ruhig werden lassen – Was, wenn das Vertrauen in einen Menschen oder in Gott verloren geht, wenn wir enttäuscht werden?

Kopf hoch! – Das wird schon wieder!

Das ist meistens nicht der Satz der hilft – nach schwierigen Erlebnissen, in Situationen, in denen jemand traurig zurück bleibt. Aber was können wir dann für den anderen tun?

Nein! – und ich bleib dabei

Nein – Sagen kann man lernen. Was hat es für Folgen, wenn ich zu oft „Ja“ sage? Wie kann ich das Nein so sagen, dass es auch von den anderen akzeptiert wird?

Das Schweigen der Männer

Schweigen Männer mehr als Frauen? Ist das nicht zu pauschal? Ein interessanter Bibelbezug hilft uns beim Nachdenken und Diskutieren.

*Die mit *** gekennzeichneten Themen sind auch in Seminarform möglich – mehrere Einzeltermine bzw. Tagesseminare – gern können wir gemeinsam planen.*