

Erziehen ohne Schimpfen:

4 Schritte zum Familienglück

Wo stehst du gerade? Schätze dich selbst ein

(1 trifft gar nicht zu, 5 trifft völlig zu)

Ich schimpfe zu viel mit meinen Kindern

1 2 3 4 5

Ich meckere viel an meinen Kindern herum

1 2 3 4 5

Ich bin genervt von meinen Kindern

1 2 3 4 5

Ich bin erschöpft

1 2 3 4 5

Ich fühle mich hilflos und ohnmächtig

1 2 3 4 5

Passieren dir auch diese Fehler?

Ich habe den hohen Anspruch an mich, dass ich bei meinem Kind / meinen Kindern alles richtig machen möchte

ja

nein

Ich kann schwer mit meiner eigenen Wut umgehen

ja

nein

Ich mache mir selbst oft viel Druck

ja

nein

Ich übe Druck an meinem Kind aus

ja

nein

Druck löst im Kind das Gefühl aus, dass es nicht ist, so wie es ist und kann zur Verpanzerung führen.

Bindung ist die Lösung!



Bindung ist ein Grund



Bindung ist der für gute Eltern-Kind-Beziehungen.



Bindung macht Kindererziehung & nimmt Druck raus.



Durch Bindung dir dein Kind zu.



Durch Bindung fühlt sich dein Kinder sicher und



Kinder die gut gebunden sind, gehen stark und

durchs Leben.



Vom Wissen zur Umsetzung in 4 Schritten!

Um das durchsichtige Band zwischen dir und deinem Kind zu stärken und zu aktivieren braucht es 4 Schritte:

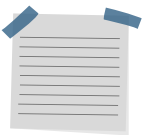
1. Fundament schaffen

Erst wenn es gut geht, kann ich gut für mein Kind da sein



2. Starke Eltern-Kind Bindung aufbauen

Durch Bindung wird der Wunsch des Kindes, uns zu gefallen auf natürlicher Art und Weise



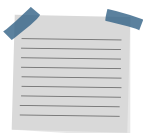
3. Gefühle verstehen lernen und begleiten

Gefühle sind okay, nimm die Gefühle deines Kindes nicht



4. Kommuniziere friedvoll

Mit deinen Worten oder du dein Kind.



Ich hoffe, du konntest erste Erkenntnisse aus meinem Online-Seminar gewinnen!

Ich lade dich sehr herzlich ein, mit meinem StarkeKids Online-Videokurs noch tiefer und weiter in die friedvolle Elternschaft einzutauchen. Hier findest du alle Infos:

Der StarkeKids Online-Videokurs: Selbstwert stärken, Beziehung fördern, Kind verstehen und liebevoll kommunizieren!

Wie mein Videokurs dein Leben bereichert:

Modul 1: Self-Empowerment

- Du lernst, wie du die Basis für glückliches Familienleben schaffst
- Du bekommst Tipps und Methoden, wie du mit stressigen Situationen umgehen kannst und wie du ruhiger bleibst, sodass du nicht ständig ins Schimpfen kommst

Modul 2: Beziehung

- Du wirst erkennen, wie wichtig Bindung für ein gutes und leichtes Zusammenleben mit deinem Kind ist
- Du findest heraus, wie gut die Bindung zu deinem Kind momentan ist
- Du bekommst meine 7 Schritte zur Bindungsstärkung

Modul 3: Gefühle

- Wie du deinem Kind richtig hilfst, seine Gefühle zu bewältigen
- Wie du mit Wutausbrüchen deines Kindes entspannt und locker umgehst
- Wie du dein Kind durch heftige Gefühle wie Angst, Wut, Enttäuschung coachst und es dadurch wichtige Lebenskompetenzen erhält und sich nicht panzern muss

Modul 4: Kommunikation

- Wie du mit deinem Kind redest, damit es dir auch wirklich zuhört
- Wie ihr gemeinsam lernt, lösungsorientiert zu denken
- Was du tun kannst, wenn dein Kind im Gegenwillen ist



Außerdem mit dabei das Bonus-Material:

- Deine persönliche Akkuliste für mehr Energie im Alltag
- Bindungscheck: Finde heraus, wie gut die Bindung zu deinem Kind momentan ist
- 46 Ideen zur Bindungsstärkung
- Der Selbstbewusstseins-Booster: Tipps & Übungen um dein Kind selbstbewusster zu machen
- SOS-Notfallplan beim Wutanfall
- Angst adé: Wie du deinem Kind hilfst, seine Ängste loszuwerden
- Mutmantra-eBook: Die besten Mutmantras für dich und dein Kind
- Glückziplin: Für mehr Lebensfreude, Energie und Wohlbefinden im Alltag

Extrabonus: Monatliche Live-Fragestunde mit Birgit

Hier erfährst du mehr über den Kurs:

<https://www.starkekids.com/kurs/>



Ich bin Birgit Gattringer und Mama von 2 wunderbaren Jungs, die mir tagtäglich die Möglichkeit geben, mit ihnen gemeinsam zu wachsen und meine größten Lehrmeister sind.

Als familylab-Trainerin nach Jesper Juul, Dipl. Mentaltrainerin und Dipl. Kinder- und Jugendmentaltrainerin habe ich mich mit der Stärkung des Selbstbewusstseins der Kinder intensiv auseinandergesetzt. Ich habe Kurse zur Gewaltfreien Kommunikation nach Marshall B. Rosenberg und zur Bindungsforschung gemäß Gordon Neufeld absolviert und bin Fan von Emmi Pikler und Maria Montessori.

All das Wissen und die Erfahrungen auf diesem Weg möchte ich dir jetzt weitergeben. Denn meine Vision für dich ist, dass du mit deinem Kind die glücklichste Eltern-Kind-Beziehung lebst.

Häufig gestellte Fragen

Ist das Online-Seminar wirklich kostenlos?

Ja das Online-Seminar ist wirklich kostenlos! In dieser Stunde gebe ich dir erste, wertvolle Ideen, wie du Erziehen ohne Schimpfen schaffst. Wenn meine Ansätze für dich Sinn machen und du einen tiefen Wunsch in dir spürst, weniger schimpfen zu wollen und fried- und liebevoller mit deinem Kind umgehen möchtest, dann hab ich für dich den weiterführenden Online-Videokurs, zu speziell vergünstigten Konditionen, vorbereitet.

Wie lange habe ich Zugang zum Kurs?

Du hast lebenslang Zugang zum Kurs und erhältst alle Kursupdates kostenlos dazu.

Was ist wenn ich eine Frage habe? Gibt es einen Support?

Ja gerne kannst du dich an kontakt@starkekids.com wenden oder deine Frage bei den monatlichen Livecalls mit Birgit stellen.

Was ist wenn ich keine Zeit habe?

Mach den Kurs ganz in deinem Tempo. Wichtig sind einfach die kleinen Schritte die du täglich machst, die zur großen Veränderung führen.

Wie funktioniert das mit dem Login?

Nach deiner Bestellung erhältst du per Mail deine Zugangsdaten und den Link zum Zugangsbereich. Logge dich ein - dort findest du sofort alle Module und Materialien und musst nicht auf Freischaltungen warten.

Ist der Kurs auch für Familien mit hochsensiblen oder ADHS-Kinder?

Ja, hochsensible Kinder bzw. Kinder mit ADHS-Symptomen sind noch empfänglicher auf Missgunst. Wenn somit in der Bindung und Beziehung Verletzungen passieren, panzern sich diese Kinder noch mehr und drücken diese Panzerung noch intensiver aus.

Was ist wenn mein Partner / Partnerin nicht mitmacht?

Oft ist es so, dass nur ein Elternteil startet. Bitte versuche nicht deinen Partner / Partnerin zu etwas zu zwingen oder unter Druck zu setzen. Aber Bindung und Liebe ist ansteckend. Durch DEIN VORLEBEN wird dein PartnerIn plötzlich neugierig werden und merken, dass es so viel schöner und leichter ist, wenn weniger geschimpft wird.

Kann ich die Kursinhalte auch als Alleinerziehende/r anwenden?

Alles gilt ebenso für Alleinerziehende. Studien haben belegt, dass es entscheidend ist, dass ein Kind eine wichtige vertrauensvolle Bezugsperson hat.

