



Einfach wegweisend. Elternbildung für Alle.

Einzelveranstaltungen

Kostenlos
(Kollekte)

Veranstaltungstitel Alter

Väter – Was sie besonders macht 0 – 10

Können sich Väter unbeschwerter ihrer Familie zuwenden als früher? Wie gehen sie mit den gestiegenen Erwartungen um und in welcher Rolle sehen sie sich? Die Austauschrunde unter Vätern wird von einer männlichen Fachperson moderiert.

Mütter – mutig statt perfekt 0 – 6

Verabschiedung vom Idealbild der perfekten Familie. Weshalb Mütter nicht allen Ansprüchen gerecht werden müssen. Wie schaffen sie es, ohne schlechtem Gewissen wieder vermehrt auf ihre eigenen Bedürfnisse zu achten?

Spielend lernen – Spielen ist kein blosser Zeitvertreib 0 – 6

Einfach nur spielen, ganz ohne Vorgabe und Zweck; das fördert die Kreativität der Kinder, aber auch Herz und Verstand. Wie können Eltern die Bildschirmzeit auf ein gesundes Mass beschränken?

Trilogie

Folgende drei Veranstaltungen können einzeln oder als Einheit gebucht werden.

Wie die Familie Halt gibt – Nähe, Grenzen und Konsequenzen 0 – 10

Eine positive Beziehung zum Kind stärkt deren seelische Entwicklung. Dabei müssen Eltern nicht zu allem Ja sagen. Auch ein klares Nein, vermittelt dem Kind Halt und Orientierung. Doch was tun, wenn es sich nicht an die vereinbarten Regeln hält?

Wie die Familie Halt gibt – Wenn sich Geschwister streiten 0 – 10

Geschwister sind Verbündete und Rivalen zugleich. Was macht diese Schicksalsgemeinschaft aus und wie prägt sie sich gegenseitig? Wie können Eltern jedem Kind gerecht werden und entspannter mit Streitigkeiten umgehen?

Wie die Familie Halt gibt – Mitbestimmung; alle wollen gehört werden 0 – 10

Die eigene Meinung vertreten, Kompromisse aushandeln und gemeinsam entscheiden, stärkt das Selbstvertrauen der Kinder. Wer aktiv mitbestimmen darf, erlebt sich wirksam und lernt für seine Entscheidungen Verantwortung zu übernehmen.

Schimpfen – Funktioniert Erziehung ohne laut zu werden? 0 – 12

Niemand will es, doch fast allen passiert es. Warum tappen Eltern immer wieder in die Schreifalle und was können sie tun, wenn Kinder nach fünfmaliger Bitte den Aufforderungen immer noch nicht nachkommen?

Starke Gefühle bei Kindern – So unterstützen Sie Ihr Kind 2 – 12

Frustration, Wut, Angst oder Traurigkeit gehören zur Gefühlswelt der Kinder dazu. Wie finden Eltern damit einen unterstützenden Umgang im Erziehungsalltag?

Freunde machen stark – Wie Kinder Freunde finden 4 – 10

Kinderfreundschaften sind für die Entwicklung der Kinder wichtig. Sie lernen soziale Kompetenzen und werden in ihrem Selbstwert gestärkt. Was tun, wenn Ihr Kind Mühe hat Freunde zu finden?

Peers – Wenn sich alles um die Clique dreht 10 – 16

In der Pubertät spielt für Jugendliche die Clique eine immer wichtigere Rolle. Zu den Eltern gehen sie auf Distanz. Wie können Eltern dennoch Einfluss auf ihre Kinder nehmen?

Exzesse – Alkohol, Pillen, Cannabis und andere Mutproben 12 – 18

Die Suche nach neuen Erfahrungen treibt Pubertierende an, sich Risiken auszusetzen. Wie können Eltern mit der Experimentierfreudigkeit ihres Kindes umgehen?

Mehrteilige Kurse

Veranstaltungstitel Alter

Starke Eltern – Starke Kinder® 0 – 3

Der Elternkurs stärkt Mütter und Väter in ihrer Rolle als Erziehende und erleichtert das Zusammenleben in der Familie.

Eltern von Kleinkindern setzen sich mit folgenden Themen auseinander: Welche Bedürfnisse hat mein Kind? Was ist mir wichtig in der Erziehung?

Aufteilung in Basis- und Aufbaukurs

Dauer: je 4 Kursabende à 2 ½ Std.

Kosten: CHF 160.–/Elternteil, CHF 240.–/Elternpaar

Starke Eltern – Starke Kinder® 3 – 10

Der Elternkurs ist für Mütter und Väter konzipiert, die mehr Freude und weniger Stress mit ihren Kindern erleben wollen.

Im Basiskurs setzen sich Eltern mit folgenden Themen auseinander: Was ist mir wichtig in der Erziehung? Wie drücke ich meine Bedürfnisse und Gefühle aus? Wie kann ich mich besser mit meinem Kind verständigen?

Im Aufbaukurs erfahren Eltern wie Grenzen gesetzt und Regel vereinbart und wie Konfliktsituationen gewaltfrei gelöst werden können.

Aufteilung in Basis- und Aufbaukurs

Dauer: je 4 Kursabende à 2 ½ Std.

Kosten: CHF 160.– / Elternteil, CHF 240.– / Elternpaar

Starke Eltern – Starke Teenies® 10 – 16

In diesem Kurs erfahren Eltern mehr über die Entwicklungsaufgaben, welche ihre Kinder zu bewältigen haben und wie sie sie durch diese turbulente Zeit begleiten können. Eltern tauschen sich aus über Strategien der Konfliktlösung und der Verhandlungskunst.

Dauer: 2 Kursabende à 2 ½ Std.

Kosten: CHF 80.–/Elternteil, CHF 120.–/Elternpaar

Starke Grosseltern – Starke Kinder®

Grosseltern im Wandel der Zeit, Werte und Generationengrenzen, Vertrauen und Anerkennung, Umgang mit Konflikten.

Dauer: 3 Kursabende à 2 ½ Std.

Kosten: CHF 120.–/Einzelperson, CHF 200.–/Paar

Kompass Elternkurs «Willkommen im Trotzalter» 2 – 5

Wenn Kleinkinder nicht wollen und nicht hören, stattdessen schreien und toben, um ihren Willen durchzusetzen, fordert das Eltern heraus. Welche Bedürfnisse und Entwicklungsschritte stehen dahinter und wie können Eltern gelassener auf das Kind eingehen und Wutanfällen vorbeugen?

Dauer: 2 Kursabende à 2 ½ Std.

Kosten: CHF 80.–/Elternteil, CHF 120.–/Elternpaar

Kompass Elternkurs «Motivation statt Druck» 6 – 10

«Solltest du nicht noch Hausaufgaben erledigen?» Sätze die Eltern immer wieder über die Lippe gehen aber nicht zum erwünschten Erfolg führen. Welche Strategien helfen, dass Kinder lieber lernen und selbständiger werden, ohne dabei Druck ausüben zu müssen?

Dauer: 2 Kursabende à 2 ½ h

Kosten: CHF 80.–/Elternteil | CHF 120.–/Elternpaar

Kompass Elternkurs Modul 10 plus 10 – 16

In der Pubertät sind Jugendliche verschiedenen Veränderungen ausgesetzt. Sie haben neue Herausforderungen zu bewältigen, welchen sie häufig noch nicht gewachsen sind. Wie finden Eltern die Balance zwischen Haltgeben und Loslassen?

Dauer: 4 Kursabende à 2 ½ h

Kosten: CHF 160.–/Elternteil | CHF 240.–/Elternpaar

Kurse und Veranstaltungen werden auch **online** durchgeführt.



Für Einzelveranstaltungen
anmelden: kompass-so.ch



Für mehrteilige Kurse
anmelden: kompass-so.ch





Jahresprogramm 2022

Einfach persönlich. Elternbildung für Alle.

Weitere Angebote und Events

Wir unterstützen Sie auch mit Beratungen, Sprechstunden oder Coachings. Kompass ist in jeder Situation für Sie da.

Erstberatung am Telefon

Kostenlos

Kurzberatung (während den Bürozeiten) zu Fragen der Kindererziehung und Information über das Beratungs- und Elternbildungsangebot von kompass.

Elternsprechstunde

Erstberatung (max. 45 Minuten) zu Erziehungsfragen. Jeweils am ersten und dritten Freitag im Monat von 8.30 bis 11.30 Uhr auf der Fachstelle kompass.

Anmeldung erforderlich.

Für Eltern im Kanton Solothurn kostenlos.

Beratungsgespräche

Kurzfristig verfügbares Beratungsangebot zu Fragen der Kindererziehung und zum Zusammenleben in der Familie. Der Beratungstermin wird individuell vereinbart. Das Gespräch findet auf der Fachstelle statt. Die Kosten betragen CHF 80.– pro Gespräch à 75 Minuten.

Weitere Details unter [kompass-so.ch](https://www.kompass-so.ch)

Elterncoaching zu Hause

Mehrteilige Beratung in der Familie für Eltern, die sich verunsichert fühlen und ihre Erziehungssituation belastend erleben.

Die Kosten betragen CHF 80.– pro Gespräch zuzüglich Wegspesen.

Kurz und knackig

Kostenlos (Kollekte)

Eine kurz gehaltene Diskussionsrunde zu unterschiedlichen Erziehungsthemen. Immer am letzten Samstag im Monat von 11.00 bis 11.45 Uhr online oder auf der Fachstelle kompass in Solothurn. Daten und Themen unter [kompass-so.ch](https://www.kompass-so.ch)

NEU



Home sweet home

Lade Freunde und Bekannte ein und wir kommen mit einer Veranstaltung zu dir nach Hause.

Kosten: CHF 150.– bis 5 Personen
Jede weitere Person CHF 20.–

NEU

Organisatorisches

Veranstaltungskalender

Das Kursprogramm ist vielseitig und wird fortlaufend den Bedürfnissen unserer Kursteilnehmerinnen und Kursteilnehmer angepasst und weiterentwickelt.

Kursleitung

Die Kurse und Vorträge werden von qualifizierten Fachpersonen geleitet.

Durchführung

Kurszeiten von Kursen: 19.15 - 21.45 Uhr
Einzelveranstaltungen: 19.15 - 21.15 Uhr
Online-Veranstaltungen: 20.15 - 21.45 Uhr

Spätestens eine Woche (Präsenzveranstaltungen) bzw. drei Tage (Online-Veranstaltungen) vor Kursbeginn wird über die Durchführung entschieden und informiert.

Zahlungsbedingungen

Die Einzelveranstaltungen sind kostenlos. Die Teilnehmenden entscheiden selber, mit welchem Betrag sie die Veranstalterin kompass unterstützen wollen. Die Gebühr für Kurse wird nach dem ersten Kurstag in Rechnung gestellt.

Versicherung

Die Versicherung ist Sache der Kursteilnehmenden.

kompass

Orientierung für Eltern und Kinder.

Fachstelle kompass

Glutz-Blotzheim-Str. 1
4502 Solothurn

Jetzt Angebot entdecken: [kompass-so.ch](https://www.kompass-so.ch)



Für Fragen oder Anregungen:

mail@kompass-so.ch | Telefon 032 624 49 39

Folgen Sie uns auf:

facebook.com/kompass.so

