



**Kurs für Eltern:
Streitkultur in der Familie –
Der Ampelablauf als Hilfe bei Streit und Stress zu Hause**

In einem Familienalltag gibt es viele stressige Situationen, die zu Streit zwischen Eltern und Kindern führen können. Auch für die Kinder gibt es viele Gründe, sich miteinander zu streiten. Stress, Streitigkeiten und Probleme können eine mühsame Angelegenheit sein, und doch gehören sie bei fast allen Familien zum Alltag. Entscheidend für ein gutes Miteinander ist daher, wie wir mit diesen Situationen umgehen.

Das DENK-WEGE-Programm zum Erwerb sozialer Kompetenzen, das im Kindergarten und der Primarschule ... eingesetzt wird, arbeitet mit dem Problemlöse-Ablauf der Ampel. Dieser kann Eltern und Kindern helfen, Stresssituationen besser zu bewältigen und Streit auf faire und lösungsorientierte Art auszutragen.

An diesem Abend werden wir die Ampel gemeinsam ansehen und üben, sie auf wiederkehrende Stresssituationen und Streitigkeiten zwischen Ihnen als Eltern und Ihren Kindern anzuwenden. Wir zeigen auch, wie Sie die Ampel bei Geschwisterstreitigkeiten nutzen und Ihre Kinder dabei unterstützen können, Konflikte selbstständig und fair auszutragen. Sie erhalten Inputs und können sich zu konkreten Beispielen Gedanken machen oder sich mit anderen Eltern austauschen. Ziel ist, mit dem Gebrauch der Ampel mehr Handlungsmöglichkeiten zur Verfügung zu haben und Entlastung im Familienalltag zu erleben.