

## Meinungen von Kursteilnehmer/innen:

„Der Kurs hat mein Familienleben bereichert, den Alltag erleichtert und die Bindung zu meinen Kindern nachhaltig gestärkt.“

Kursteilnehmerin, Wedel, Schleswig-Holstein

“STEP hat mir geholfen, mit meinen Kindern respektvoll umzugehen. Viele Konfliktsituationen lassen sich mit Humor, richtigem Zuhören und mit neuen Fertigkeiten mit geringem Kraftaufwand lösen.“

Sabine Hammerschmidt, 3 Kinder, Düsseldorf, NRW

„Ich habe mehr Sicherheit gewonnen, in dem was ich tue, wie ich mit schwierigen Situationen umgehe.“

Kursteilnehmerin, Hamburg

„STEP ermöglicht mir eine zeitgemäße Kindererziehung, bei der jedes Kind mit seinen Stärken und Schwächen respektiert und gefördert wird.“

Dr. Astrid Hilgenstock, zwei Kinder, Dinslaken, NRW

„Heute kann ich sagen: „Erziehung macht Spaß“. Durch den STEP Kurs kann ich kreativer an eine Situation herangehen. Ich beziehe bei Konflikten nicht sofort alles auf mich, sondern habe gelernt, die Sache auch aus dem Blickwinkel des Kindes anzuschauen.“

Monika Norz, Spielgruppenleiterin, zwei Kinder, Kloten, Schweiz

## Expertenmeinung:

Man soll das Kind lieben, aber nicht erdrücken; man soll das Kind stimulieren, aber nicht jagen; und man soll das Kind führen, aber nicht gängeln, sondern stark machen. STEP ist ein zutiefst demokratisches und humanes Konzept. Es zielt darauf ab, Menschen unterschiedlicher Generationen feste und klar strukturierte Regeln für den Umgang miteinander an die Hand zu geben. Die Grundüberlegungen dahinter lassen sich aber auch auf Partnerbeziehungen übertragen.

Klaus Hurrelmann, Professor für Sozial- und Gesundheitswissenschaften

## STEP basiert auf

- der Individualpsychologie **Dr. Alfred Adlers**,
- den Forschungsergebnissen des renommierten Psychologen **Prof. Dr. Rudolf Dreikurs** und bezieht aktuelle Erkenntnisse der **Hirnforschung** ein.



ISBN 978-3-407-22877-2



ISBN 978-3-407-22875-8



ISBN 978-3-407-22883-3

**BELTZ**

Die Autoren sind amerikanische Psychologen, die seit zwei Generationen in den Bereichen der Familienberatung und -therapie tätig sind. **Trudi Kühn** und **Roxana Petcov** sind gemeinsam die **Herausgeberinnen** des gesamten STEP Programms im deutschsprachigen Raum. Sie verfügen sowohl über langjährige Erfahrung in der Ausbildung der STEP Kursleiter/innen als auch in der Leitung von STEP Elternkursen.

STEP bietet außerdem berufsspezifische, professionelle Weiterbildungen für Erzieher/innen, Lehrer/innen, Kindertagespflegepersonen und pädagogische Fachkräfte in der Erziehungshilfe bzw. Schule (Infos auf der Website).

[www.instep-online.de](http://www.instep-online.de)

[www.instep-online.ch](http://www.instep-online.ch) [www.instep-online.at](http://www.instep-online.at)



## Der Elternkurs Die ersten 6 Jahre

Mehr Sicherheit in der Erziehung –  
weniger Stress im Alltag

### Was können Eltern tun, damit ...

- ✓ abendliche Routinen – z.B. Zähne putzen, ins Bett gehen – gut laufen?
- ✓ sie mit den Wutanfällen ihrer Kinder (besser) zurecht kommen?
- ✓ ihre Kinder von Anfang an lernen, mit Medien sinnvoll umzugehen?
- ✓ sie auch für sich gut sorgen und mit ihren Kräften haushalten?

Der STEP Kurs hilft Eltern, eine starke Bindung mit ihren Kindern aufzubauen und ein stressfreieres Zusammenleben in der Familie zu erreichen.

### Mit STEP finden Eltern Antworten auf ihre Fragen zum Umgang mit ihren Kindern

z.B. wie sie

- ✓ auf das Fehlverhalten ihrer Kinder angemessen reagieren können
- ✓ die Stärken ihrer Kinder fördern ohne Druck auszuüben und ihr Selbstwertgefühl aufbauen
- ✓ den Kindern zuhören, so dass sie sich verstanden fühlen, und so mit den Kindern reden, dass sie ihnen zuhören
- ✓ den Entwicklungsphasen und der Individualität ihrer Kinder gerecht werden können
- ✓ ihre Kinder zu kooperativem und verantwortungsbewusstem Handeln anleiten
- ✓ Disziplin altersgemäß und sinnvoll ausüben und die Kinder innerhalb gesetzter Grenzen entscheiden lassen
- ✓ freundlich und bestimmt sein können und ihre Kinder aus ihren Fehlern lernen lassen
- ✓ ihre eigenen Bedürfnisse und Wertvorstellungen berücksichtigen.

### STEP ist für alle Eltern geeignet!

STEP hilft Eltern, den Herausforderungen der Kindererziehung in unserer Zeit nachhaltig gerecht zu werden – sowohl präventiv als auch bei größeren Erziehungsproblemen.

Denn alle Eltern wollen das Beste für ihre Kinder.

### Mehr Erziehungskompetenz durch ...

- ✓ ermutigende Atmosphäre
  - ✓ Neues erlernen und ausprobieren
  - ✓ reflektieren und üben
  - ✓ Beispiele aus dem Alltag
  - ✓ klare Struktur
- unter der professionellen Leitung des/r zertifizierten Kursleiters/in und im Austausch mit anderen Eltern in der Gruppe.

### Wissenschaftliche Evaluation

Die Wirksamkeit von STEP wurde durch die wissenschaftliche Evaluation von Klaus Hurrelmann, Professor für Sozial- und Gesundheitswissenschaften, bestätigt.

Das Bundesministerium für Bildung und Forschung in Deutschland förderte die Evaluation im Rahmen der Präventionsforschung.

### STEP macht Mut und gibt Sicherheit!

