



Abenteuer Erziehung – (Über) Lebenstraining für Eltern

Vera Rosenauer begleitet Eltern vor der Geburt und während der ersten Lebensjahre auf ihrem fordernden Weg durch die atemberaubende und doch wunderschöne Welt der Kindererziehung.

Was möchte ich meinem Kind für sein Leben mitgeben? Werde ich eine gute Mutter/Vater sein? Wie kann ich mein Kind ermutigen? Wie bringe ich mein Kind dazu mir zuzuhören? Viele Fragen beschäftigen junge Eltern.

Abenteuer Erziehung bietet praxisbezogene Workshops für werdende Eltern und Eltern von Kleinkindern (0-6 Jahre) an. Als ausgebildete Erziehungsberaterin ist es Trainerin Vera Rosenauer in den Workshops wichtig, dass abseits der Theorie immer viel Platz für Diskussion, Austausch und individuelle Fragen bleibt.

„Mütter kleiner Kinder befinden sich in der Rush-Hour ihres Lebens – es gilt die eigene Rolle neu zu definieren, den Sprung von Partnerschaft zur Familie zu schaffen, sich mit den Ansprüchen des Babies, der Familie und der Gesellschaft auseinanderzusetzen, anhaltenden Schlafentzug zu meistern und sich natürlich noch „nebenbei“ um Haushalt und Wiedereinstieg zu kümmern! Hier möchte ich mit meinen (Über)Lebenstraining Erleichterung und Entlastung schaffen,“ erklärt Vera Rosenauer. Neues Wissen bringt Sicherheit in den Alltag, Probleme schrumpfen oft schon, wenn man hört, dass es anderen genauso geht.

Neben ihrer Erfahrung als Mutter bringt sie viel Humor mit und vermittelt, dass Erziehung außer harter Arbeit auch viel Freude machen kann. Die Themen ihrer Workshops reichen von „Stärke beruht auf einem guten Anfang“ bis zu „Wenn Kinder nicht hören wollen ...“.

Vera Rosenauer startete mit ihren Workshops am 1. Oktober 2009 in Wien.



Abenteuer Erziehung

Alte Erziehungsmethoden kann man nur dann aufgeben, wenn man neue hat.
(John Gray)

Gerade die ersten Lebensjahre sind wesentlich, in ihnen wird das Fundament der Persönlichkeit gebildet. „Viele wissen aber nur, dass sie es ganz anders als ihre Eltern machen wollen. Doch was genau sie stattdessen machen werden, ist unklar. Mir geht es darum, gemeinsam Handlungsalternativen zu erarbeiten – auch präventiv, um vorbereitet zu sein auf den brüllenden Zweijährigen am Supermarktboden!“ Als Mutter zweier Kinder kennt Vera Rosenauer vieles aus eigener Erfahrung.

Ihre Workshops konzipiert die Erziehungsberaterin selbst nach neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen. Besonders begeistert ist sie von Dr. Thomas Gordons „Familienkonferenz“. „Die von ihm beschriebenen Kommunikationswerkzeuge – Ich-Botschaft, Aktives Zuhören, niederlagelose Konfliktlösungsmethode – sind nicht nur in der Erziehung anwendbar, sondern allgemeingültig auch für Partnerschaft und Beruf!“

Und was macht man nun mit dem Schreikind im Supermarkt? „Eine große, dunkle Sonnenbrille hilft ungemein beim Coolbleiben“ empfiehlt die Fachfrau mit Augenzwinkern. „Wenn die Situation abgekühlt ist, kann man dann die Ursachen analysieren! Lag es am Hunger, könnte man beim nächsten Einkauf zu Hause noch jausnen oder vorher mit dem Kind vereinbaren, dass es sich beim Obst eine Banane aussuchen darf!“

Abenteuer Eltern werden

Schwangerschaft bedeutet neun spannende und aufregende Monate, in denen auch eine Menge Fragen, Sorgen und Bedenken auftauchen. Das Angebot an Geburtsvorbereitungs- und Babypflegekursen ist groß. Was ist nun neu an diesen Workshops?

„In meinen Workshops setzen sich die TeilnehmerInnen aktiv mit ihrer neuen Rolle als Mutter/Vater auseinander, reflektieren ihre eigene Geschichte und bereiten sich darauf vor, dass aus einem Paar eine Familie wird“ sagt Vera Rosenauer.

Besonders am Herzen liegt ihr der Workshop „Wenn das zweite Kind kommt ...“. Die erste Schwangerschaft wird meist bewusst genossen, die ganze Familie ist begeistert und schont die Jungmutter. Bei der zweiten sieht das oft ganz anders aus. „Es ist für das Umfeld nicht mehr so besonders und vieles



läuft nebenbei, die Frauen sind da besonders froh, sich mit Gleichgesinnten austauschen zu können!"

Starke Kinder – von Anfang an

Die Wissenschaft weiß heute, dass schon im Kleinkindalter wesentliche Lebenskompetenzen wie Konfliktfähigkeit, Selbstständigkeit, Gesprächsbereitschaft und Gefühlsbewusstsein erlernt werden. Die braucht der Jugendliche später, um im entscheidenden Moment "NEIN" zu sagen.

Aber wie vermittelt man Kindern diese wertvollen Fähigkeiten? Genau darum geht es im Workshop „Sucht beginnt im Kindesalter – Suchtvorbeugung auch“. Dieser Workshop kann von Kindergärten und Institutionen, aber auch privat gebucht werden.

„In meiner Schulzeit hat man als Suchtprävention noch den Jugendlichen die abschreckenden Fotos der Junkies am Bahnhofsklo gezeigt – heute wissen wir, dass das viel zu spät kommt und höchstens die Neugier weckt! Zeitgemäße Suchtvorbeugung beginnt schon beim Neugeborenen,“ weiß die Expertin.

Maßgeschneidert nach den Wünschen von Eltern

Kindererziehung ist ein individuelles Abenteuer. Oft treten ganz persönliche Fragen auf, es entsteht der Wunsch nach Information über ganz spezielle Themengebiete. *Abenteuer Erziehung* lebt sein Coaching-Programm. Und auch das Programm selbst lebt.

Auf Wunsch werden individuelle Workshops konzipiert – die Eltern bestimmen Themen, Ort, Zeit und Teilnehmer. Vera Rosenauer kreiert dann den ganz persönlichen Workshop. Abenteuer Erziehung bietet auch Einzelberatungen an.

Vera Rosenauer lebt und arbeitet in Wien. Nach langjähriger Tätigkeit als Reiseleiterin und Product Manager bei einem Studienreisenveranstalter absolvierte sie während ihrer Karenz eine Ausbildung zur Lebens- und Sozialberaterin mit Schwerpunkt Erziehungsberatung (ARGE Erziehungsberatung, Dr. Martina Leibovici-Mühlberger) und ist seither selbstständige Elterntainerin. Vera Rosenauer ist verheiratet und Mutter zweier Kinder.

Infos unter www.abenteuer-erziehung.at

Vera Rosenauer, office@abenteuer-erziehung.at und 0650 26 414 26