



## DAS ELTERNTRAINING

Mehr Sicherheit in der Erziehung -  
weniger Stress im Alltag

### STEP basiert auf

- der Individualpsychologie Prof. Dr. Alfred Adlers und
- den Forschungsergebnissen des renommierten Psychologen Prof. Dr. Rudolf Dreikurs (40 Jahre Erziehungs- und Familienberatung)



Das Elternbuch -  
Die ersten 6 Jahre  
Don Dinkmeyer Sr., Gary D.  
McKay, James S. Dinkmeyer,  
Don Dinkmeyer Jr., Joyce L.  
McKay



Das Elternbuch -  
Kinder ab 6 Jahre  
Don Dinkmeyer Sr.,  
Gary D. McKay,  
Don Dinkmeyer Jr.



Das Elternbuch -  
Leben mit Teenagern  
Don Dinkmeyer Sr., Gary D.  
McKay, Joyce L. McKay, Don  
Dinkmeyer Jr.

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 und die Gründerinnen des **InSTEP Trainernetzwerks**. Sie verfügen sowohl über langjährige Erfahrung in der Ausbildung der STEP Kursleiter/innen als auch in der Leitung von STEP Elternkursen.

**BELTZ**  
Taschenbuch

### Meinungen von Kursteilnehmer/innen:

STEP hat uns dabei geholfen, eine neue Sichtweise einzunehmen. Die Praxis zu Hause zeigt, dass sich unsere Mühe gelohnt hat und zwar für alle Beteiligten. Die Stimmung ist entspannter, weil wir Methoden gelernt haben, die uns ruhiger und sicherer handeln lassen und weil wir nun noch sensibler auf unsere eigenen und die Gefühle der Kinder reagieren können.

Christine von Winterfeldt und Carsten Dorn, zwei Kinder, Hamburg

STEP hilft mir auch in Stresssituationen zu sehen, dass das Kind/die Kinder dazugehören möchte(n). Diese Sichtweise wiederum macht es mir möglich, nicht in den Machtkampf zu gehen, sondern die STEP Fertigkeiten im Alltag konsequent und wohlwollend umzusetzen. Darüber hinaus erweitert STEP die Sicherheit bei Fragen der Eltern.

Beate Wegener, Mitarbeiterin in der Erziehungshilfe der Diakonie in Düsseldorf

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

Monika Norz, Spielgruppenleiterin, zwei Kinder, Klotten, 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. Eltern können das »Beziehungshandwerk« lernen. Durch die Teilnahme an STEP Kursen verhalten sich Eltern effizienter und humaner.

Klaus Hurrelmann, Gesundheits- und Erziehungswissenschaftler,  
Universität Bielefeld und Hertie School of Governance, Berlin

## Was können Eltern tun ...

- wenn Hausaufgaben ein Problem darstellen?
- wenn Geschwister sich streiten?
- wenn die Nutzung der Medien/des Internets zum Problem wird?
- wenn Kinder zu Hause nicht mithelfen?

**STEP** – das Elterntaining – hilft Eltern, ein **kooperatives, stressfreieres Zusammenleben** in der Familie zu erreichen und eine **tragfähige, erfüllende Beziehung** mit ihren Kindern aufzubauen.

## Mit STEP können Eltern ...

- das Verhalten der Kinder aus einer **neuen Perspektive** verstehen und bewusst ihre eigene Reaktion und **Haltung ändern**;
- ihre Kinder durch **Ermutigung motivieren**, ihre **Stärken fördern** ohne Druck auszuüben und ihre Bemühungen anerkennen;
- den Kindern **zuhören**, so dass sie mit ihnen reden, und so mit den Kindern **sprechen**, dass sie ihnen zuhören;
- ihre Kinder unterstützen, selbstständig oder mit ihrer Hilfe **Probleme zu lösen**;
- ihre Kinder für ein **kooperatives, respektvolles Miteinander** gewinnen;
- **Disziplin sinnvoll** ausüben: **Grenzen setzen** und die Kinder innerhalb dieser Grenzen entscheiden lassen;
- **Konsequenzen folgen** lassen und dabei **freundlich und bestimmt** sein.

## STEP ist geeignet für

### Eltern und professionell Erziehende

- die durch Erziehung erreichen wollen, dass Kinder kooperativ, respektvoll, selbstbewusst, verantwortungsvoll und glücklich sind;
- die bereit sind, ihre eigene Haltung zu überdenken und das eigene Verhalten zu ändern, um den Anforderungen der Kindererziehung heutzutage besser gerecht zu werden – sowohl präventiv als auch bei größeren Erziehungsproblemen.

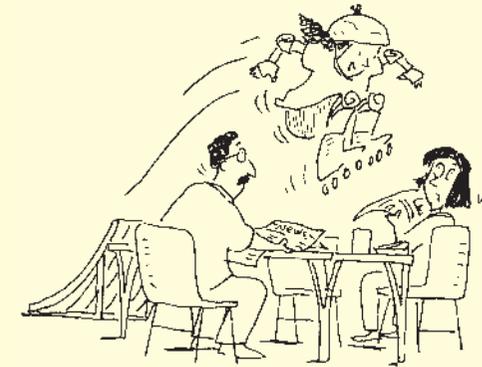
**STEP** bietet spezielle, professionelle Weiter- und Fortbildungen für Erzieher/innen, Lehrer/innen, pädagogische Fachkräfte in der Erziehungshilfe und Tagespflegepersonen (Infos auf unserer Website)

## Das Besondere an einem STEP Elternkurs

### STEP ist

- **wissenschaftlich fundiert:**  
Zahlreiche Untersuchungen belegen den positiven Einfluß auf den Erziehungsstil
- **systematisch aufgebaut:**  
10 Treffen à 2 Stunden (andere Formate möglich) unter Anleitung des/r zertifizierten Kursleiters/Kursleiterin
- **professionell in der Arbeitsweise:**
  - praxisorientiert
  - leicht zu erlernen und im Alltag individuell anwendbar
  - differenziert nach Alter der Kinder (0-6, 6-12, 12-18)
  - basierend auf den jeweiligen STEP Elternbüchern, Beltz Verlag.

## STEP macht Mut zur Erziehung!



### Mehr Erziehungskompetenz durch

- dazulernen
- üben
- reflektieren
- austauschen
- umsetzen

bei Rollenspielen (Situationen aus dem Alltag), Diskussion mit anderen Eltern und mit Hilfe von Trainingsvideos.

### Termine, Anmeldungen, Informationen

[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)

### InSTEP Weiterbildungsinstitut

Kreuzbergstraße 84  
40489 Düsseldorf

#### Roxana Petcov

Tel. 0211-4228727

Fax 0211-4228729

[roxana.petcov@instep-online.de](mailto:roxana.petcov@instep-online.de)

#### Trudi Kühn

Tel. 0211-4089888

Fax 0211-4056670

[trudi.kuehn@instep-online.de](mailto:trudi.kuehn@instep-online.de)