



Systematisches Training für BetreuerInnen/PädagogInnen/Eltern von
Kindern und Jugendlichen



Melitta Kopp **STEP**[®]- Training Heidenfeldstrasse 25/3 9500 Villach
Mobil: 0664/1304377 Mail: melitta.kopp@instep-online.at www.melittakopp.at



Herzlich willkommen bei STEP

Eure Kinder sind nicht eure Kinder.
Sie sind die Töchter und Söhne der Sehnsucht des
Lebens nach sich selbst.
Sie kommen durch euch, aber nicht von euch.
Und obwohl sie mit euch sind,
gehören sie euch doch nicht.
Ihr dürft ihnen eure Liebe geben,
aber nicht eure Gedanken.
Denn sie haben ihre eigenen Gedanken.
Ihr dürft ihren Körpern ein Haus geben,
aber nicht ihren Seelen.
Denn ihre Seelen wohnen im Haus von morgen,
das ihr nicht besuchen könnt,
nicht einmal in euren Träumen.
Ihr dürft euch bemühen, wie sie zu sein,
aber versucht nicht, sie euch ähnlich zu machen.
Denn das Leben läuft nicht rückwärts,
noch verweilt im Gestern.

Kahlil Gibran: *Der Prophet*

Eure STEP-Trainerin



Was ist STEP®?

STEP ist ein systematisches, zeitgemäßes auf demokratischen Prinzipien basierendes TRAININGSPROGRAMM für **BetreuerInnen/PädagogInnen/Eltern** von Kindern und Jugendlichen. STEP orientiert sich an der Individualpsychologie Alfred Adlers und 40-jährigen Forschungsergebnissen von Prof. Dr. Dreikurs. Dadurch gelingt es uns auch in der heutigen Zeit, Kinder zu respektvollen, selbstbewussten, verantwortungsvollen, kooperationsbereiten und glücklichen Menschen zu befähigen.

Neue Perspektiven

STEP hilft uns, bei unserem Erziehungsstil die Individualität unserer Kinder zu beachten und ihre Stärken zu fördern. Wir Eltern lernen, unserer Aufgabe zu *leiten* und zu *führen* gerecht zu werden. Wir lernen, Temperament und Entwicklungsphasen bei der Erziehung mit einzubeziehen und den Kindern zu ermöglichen, positive Wertvorstellungen und Überzeugungen zu entwickeln. Weiter lernen wir, Motive und Ziele des Fehlverhaltens unserer Kinder zu erkennen, und bewusst anders als erwartet zu reagieren.

Ermutigung

STEP hilft uns, konsequent auf die Bemühungen unserer Kinder mit Ermutigung zu reagieren, statt unnötig zu kritisieren oder unangemessen zu loben. Durch Ermutigung fördern wir die Stärken unserer Kinder und unterstützen sie beim Aufbau eines lebenswichtigen, gesunden Selbstbewusstseins.

Kommunikation

STEP hilft uns, durch *aktives* Zuhören gute Zuhörer zu sein: Wir hören unseren Kindern aufmerksam zu und achten auf ihre Gefühle, so dass die Kinder sich verstanden fühlen und mit uns über ihre Probleme sprechen. Wir lernen auch, uns so auszudrücken, dass die Kinder *uns* zuhören: Durch die Benutzung von Ich-Aussagen teilen wir unseren Kindern unsere Gefühle mit, ohne zu beschuldigen. Diese respektvolle Kommunikation fördert gute, dauerhafte Beziehungen zwischen uns und unseren Kindern.

Problemlösung



STEP hilft uns, in verschiedenen Situationen nach klaren Kriterien zu unterscheiden, ob wir den Kindern die ganze Verantwortung für die Lösung eines Problems überlassen können oder die Kinder respektvoll bei der Lösungsfindung unterstützen sollen. Durch die Zusammenarbeit bei der Entscheidungsfindung wird die Kooperationsbereitschaft der Kinder gefördert.

Disziplin

STEP hilft uns, Grenzen zu setzen und unseren Kindern innerhalb dieser Grenzen, ihrem Alter entsprechend, die Wahl zu lassen. Durch konsequentes, entschlossenes und gleichzeitig freundliches Verhalten bei der Durchsetzung von natürlichen und logischen Konsequenzen, die auf die falschen Entscheidungen unserer Kinder folgen, zeigen wir ihnen unsere Fürsorge und Liebe. Das erstrebte Ziel dabei ist Selbstdisziplin.

Das Besondere an STEP ist die praxisnahe Anwendung durch:

- ? themenspezifische Übungen,
- ? einfache und leicht verständliche Sprache, systematischem Aufbau
- ? Gruppenarbeit mit Beispielen aus dem Alltag unter Anleitung der Trainerin

Das Erlernen von Grundsätzen und Fertigkeiten wird Ihnen durch die wirksame Kombination von Handbuch und Kurzfilm, die Struktur des Programms, die humorvoll-freundlichen Darbietungen, sowie die Unterstützung durch die Gruppe leicht gemacht. Es ermöglicht Ihnen ein sofortiges Umsetzen der neuen Methode mit merkbar positiver Wirkung.

Mit **STEP**[®] können Sie folgendes erreichen:

Ihr Ziel



- ? ein gemeinschaftliches, stressfreieres Zusammenleben in der Familie/Schule haben
- ? sich als Eltern/Lehrer gut fühlen
- ? eine tragfähige, erfüllende Beziehung zu Ihren Kindern haben
- ? Ihre Kinder zu selbstbewussten, konfliktfähigen und verantwortungsvollen Menschen begleiten

Ihr Weg



Mit STEP bilden Sie sich als Eltern/Pädagogen weiter

- ? durch ein Konzept, das sich in vielen Jahren Erziehungsarbeit bewährt hat und das Ihnen ermöglicht, Ihre Werte, Ihre Erziehungsziele und Ihre Haltung Schritt für Schritt zu überdenken, die Individualität Ihres Kindes zu berücksichtigen und zu entscheiden, wie Sie STEP in Ihrer Familien/Schulsituation anwenden können
- ? durch die Dynamik des Gruppentrainings, das Ihnen ermöglicht die neu erworbenen Fertigkeiten zu üben und auszuprobieren, über Ihre Erlebnisse zu berichten, Erfahrung auszutauschen, ständig dazu zu lernen und motiviert zu bleiben, weiter zu machen.

Ihr Erlebnis



Mit STEP

- ? werden Sie sich bewusst, wie viel Sie bei der Kindererziehung/Begleitung schon richtig machen
- ? finden Sie heraus, dass Sie täglich den gleichen Herausforderungen begegnen wie andere Eltern/Lehrer auch
- ? ermutigen Sie einander gegenseitig in der Gruppe
- ? entwickeln Sie den Mut, nicht perfekt zu sein
- ? nutzen Sie Ihren Humor und haben Spaß

Spezialangebote für Mütter/Paare

Das **STEP**[®]-Elternt raining bietet Müttern eine Strategie im Umgang mit ihren Kindern, damit sie sich auch wieder **auf sich selbst besinnen** können.



Gleichzeitig erfahren sie in diesem Kurs, dass sie mit wenigen **Regeln** viel bewirken können. **Übungen, Tipps und Denkanstöße** helfen ihnen, ihre knappe Zeit besser zu nützen. Unter Gleichgesinnten fällt es leichter, eigene **Fähigkeiten** zu entdecken, **Stärken** zu finden, um mit ihren Kindern anders als bisher umzugehen.

Ein STEP-Training ermöglicht ihnen, die Aufgabe der „Anleitung und Führung“ von Kindern und Jugendlichen auch in der heutigen Gesellschaft weitgehend konflikt- und frustrations-frei umzusetzen. Mit dem Besuch eines **STEP**[®]-Trainings erfahren Sie, wie Sie sich motivieren, um Ihre Kinder in Problemsituationen zu unterstützen.

Die Themen:

- Aufbau einer guten Mutter-Kind- Beziehung.
- Neue Erziehungsperspektiven kennen lernen und anwenden.
- Die 4 Fehlverhalten erkennen und anders darauf reagieren.
- Wie können wir mit Wut und Zorn umgehen.
- Was tun bei Gewalt?
- Anders miteinander reden.
- Stressfreieres Familienleben.
- Ermutigungstraining.
- Sinnvolle Disziplin und Kooperation.
- Konsequenzen statt Strafe.
- Sicherheit durch Grenzen und Regeln

Ein **STEP**[®]-Training kann auch in Form eines 2 - 2 1/2 stündigen Impulstrainings abgehalten werden. Alternative, individuelle Formate und Termine möglich!



STEP[®] - Wochenend-Workshop

Entspannende Kommunikation für Eltern/Paare



- ? Familienkonstellation
- ? Entspannende Kommunikation mit Partner und Kindern
- ? Eigene Ermutigung und ermutigen der Kinder
- ? Gemeinsame Lösung bei Konflikten
- ? Grenzen, Regeln und Respekt

Dieser Workshop ermöglicht Ihnen, als Eltern/Paar zu Ihren Kindern eine einfühlsame Beziehung aufzubauen. Dabei werden Ihre eigenen Grenzen und Bedürfnisse berücksichtigt.




Beispiel: Dauer 2 Tage, Freitag: 18:00 – 21:00 Uhr
Samstag: 09:00 – 13:00 Uhr

STEP® - Kursangebote - Preise



Ein 2 1/2 -ständiger Einführungsabend bedeutet den Einstieg in ein STEP-Training. Dieser ermöglicht Ihnen die erste **praktische Nutzung** von neuen Perspektiven in der Kinderbetreuung/Erziehung. Ein kompletter STEP-Kurs besteht aus dem Einführungsabend und 5-8 weiteren Terminen, je nach Kursformat. Eltern, PädagogInnen und BetreuerInnen lernen die Inhalte und Methoden des STEP-Trainings im Rahmen des „Einführungsabends“ kennen und erproben die STEP-Methode anhand konkreter Beispiele aus der Praxis.

Kursformate:

STEP - Training – Grundkurs mit Einführungsabend	
	STEP - Training 1 0 - 6-Jahre
	STEP - Training 2 ab 6 Jahre
	STEP - Training 3 Jugendliche / Teenager / Junge Erwachsene (Kurse ab Oktober/Nov. 2005)
STEP - Workshop, STEP - Vortrag oder Referat	

Basis des Kurses ist das STEP-Elternhandbuch. Arbeitsblätter sind im Kurspreis inbegriffen. Mit mindestens 80 % Besuchszeit erwerben Sie sich ein Abschluss Zertifikat! Nach Abschluss eines STEP-Kurses haben Eltern bei so genannten „Fortsetzungskursen“ die Möglichkeit, sich mit den Fertigkeiten der STEP-Methode in Erziehungsfragen weiter zu verbessern. Bei Veranstaltungen außer Haus ist der Seminarpreis *exklusive* Anreise und Übernachtung. Für den Organisator eines STEP-Kurses oder Workshops mit mindestens 10 Teilnehmern ist ein STEP-Elternkurs kostenfrei!

Kurs-/Coachingpreise:

Einführungsabend	€ 80,00
Kurs Einzelperson inkl. Einführung	€ 200,00
Kurs Einzelperson inkl. Einführung (mit Buch)	€ 216,00
Kurs Ehepaar/Partner inkl. Einführung	€ 310,00
Kurs Ehepaar/Partner inkl. Einführung (mit Buch)	€ 326,00
Wochenend-Workshop (14 Stunden) für Ehe/Partner/Familie	€ 200,00
5 Fortsetzungsabende (je 2 1/2 Stunden) „Der nächste Schritt“	€ 90,00
Telefon-Coaching per 15 Minuten	€ 20,00

Spezialangebote:

STEP-Einzel-Coaching 1 ½ Stunden (Für Personen eines individuellen Trainings)	€ 90,00
STEP-Paar-Coaching 1 ½ Stunden (Für Eltern/Paare eines individuellen Trainings)	€ 120,00
STEP-Familien-Coaching (exkl. Fahrtkosten) (1 hr persönliches Anliegen steht im Mittelpunkt dieses Coachings)	€ 160,00

Weitere Angebote: „Filmabend mit Vortrag“ STEP-Elterntraining, Tarif auf Anfrage!

Elternhandbücher:



„Das Elternbuch“
Die ersten 6 Jahre



„Das Elternbuch“
Kinder ab 6 Jahre



Das Elternbuch
Leben mit Teenagern
(Erscheint Oktober 2005)

„Das Elternbuch“ zum Kurs, je € 16,40

Reaktionen/Meinungen von KursteilnehmerInnen/Expertenmeinung:

STEP hat uns geholfen, auch in schwierigen Situationen die positiven Seiten unserer Kinder zu sehen und zu fördern.... Außerdem war der Austausch mit anderen Eltern sehr hilfreich und hat uns gezeigt, dass wir mit Schwierigkeiten in der Kindererziehung nicht allein sind.

Wolfgang und Sonja Troneberger (2 Kinder) Klagenfurt

Alte Erziehungsmuster verlassen, neue Strategien finden. Kinder mit Herzenswärme, klaren Regeln und Freiräumen begleiten. Mit STEP habe ich nach 4 Kindern und unzähligen Erziehungsratgebern doch noch eine Möglichkeit gefunden, mein angelesenes Wissen auch wirkungsvoll umzusetzen. Auch bei größeren Kindern ist es nicht zu spät, mit Hilfe von STEP Änderungen im gemeinsamen Umgang herbeizuführen.

Heidi Heincz (4 Kinder) Fürtitz

Ich wollte davon wegkommen, mein Kind dauernd anzuschreien. Ich hätte nicht gedacht, dass mir dies in so kurzer Zeit mit dem STEP-Kurs gelingen kann. Jetzt habe ich Zugang zu anderen Möglichkeiten mit meinem Kind zu reden. Und beide sind wir froh darüber.

Sylvia Seiler (1 Kind) Villach

Was mir bei diesem Kurs besonders zugesagt hat, waren die vielen praktischen Beispiele und Übungen. Die Anweisungen sind wirklich leicht zu verstehen und lassen sich sofort umsetzen. Deshalb gehe ich jetzt mit meinen drei Kindern in stressigen Momenten nun viel gelassener um. Durch diese Entlastung ist auch meine Beziehung zu meinem Partner wieder viel besser geworden.

I solde Kopp (2 Kinder) Villach

Endlich eine Methode die funktioniert!

Nach dem Besuch des STEP-Kurses hat sich nicht nur mein Leben, sondern auch das meiner Kinder entspannt. Die Kommunikation funktioniert wieder und die Bereitschaft der Kinder zu kooperieren ist groß. Der Alltag gelingt stressfreier, ob das Aufstehen am Morgen, das gemeinsame Mittagessen oder der Einkauf, der sonst nie ohne Geschrei endete usw. Und das mit einfachen Methoden, die jeder erlernen kann, ohne seine Persönlichkeit aufzugeben. Ein Kursbesuch, der sich lohnt.

Nicole Mayer (2 Kinder) Landskron

Durch den STEP-Kurs ist für mich der Umgang mit den Kindern leichter und einfacher geworden. Die Kinder fühlen sich verstanden und zeigen jetzt einfach mehr Kooperation.

Angelika Zettinig, Kindergärtnerin, Fürtitz

Ich wende STEP nun erfolgreich bei meinen Kindern in der Schule an. Es geht mir und den Kindern dabei besser und manche Eltern fragen mich, was mit den Kindern jetzt los ist, da sie sich in positivem Sinne merkbar anders verhalten.

Marina Trodt, Lehrerin Bodensdorf

Expertenmeinung:

Im **STEP Elterstraining** findet sich vieles aus dem magischen Erziehungsdreieck (Anerkennung, Anregung, Anleitung) wieder. Es 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. In den USA gibt es inzwischen über 60 systematische und wissenschaftliche Überprüfungen, zum Teil im Vergleich mit anderen Erziehungsprogrammen. Das **STEP**-Konzept schneidet gut ab und wirkt sich auch sehr günstig bei Eltern aus, die schon so unsicher sind, dass sie aggressiv werden. Durch die Teilnahme an STEP-Kursen verhalten sie sich effizienter und humaner.

Klaus Hurrelmann, Professor für Sozial- und Gesundheitswissenschaften, Universität Bielefeld

Melitta Kopp

STEP® - Systematisches Training für BetreuerInnen/PädagogInnen/Eltern



Qualifizierte Ausbildungen:

Kaufmännische Ausbildung

Atem und Stimmtraining

Dipl. Coach

NLP-Practitioner

NLP-Master

Spezialausbildung:

STEP®-Elterntraining

Berufserfahrung:

6 -jährige Verkaufstätigkeit Handel

8 -jährige Führungsposition Handel

19 -jährige Selbständigkeit Handel

10 -jährige Erfahrung Galerie

5- jährige Erfahrung Vorträge und Referate

3- jährige Seminar- und Trainertätigkeit

3 -jährige Erfahrung Erwachsenenbildung

Coaching-Spezialgebiete:

Einzel - Coaching Erwachsene & Kinder

Energetisches Sprachtraining

NLP- Business Coach

Voice-Coaching

STEP®-Elterntraining

STEP®-Training mit einer erfahrenen Elterntrainerin

Als zertifizierte STEP-Eltern-Trainerin und Coach gebe ich seit 2002 erfolgreich die Methode des STEP-Elterntrainings/Coaching an engagierte und anwendungsorientierte Eltern und Betreuer von Kindern und Jugendlichen weiter.

Meine eigene langjährige Erfahrung in der Arbeit und Ausbildung mit Erwachsenen im eigenen Unternehmen und meine persönliche Erfahrung mit Kindern (zwei Kinder, vier Enkelkinder), macht mich zu einer gefragten Ausbilderin und kompetenten Vortragenden.

Als Wirtschaftscoach unterstütze ich Top-Führungs-Kräfte und High Potentials. Als STEP-Trainerin bin ich im Bereich Eltern/Pädagogen-Training eine gefragte Expertin.

Zu den jeweiligen Spezialthemen sende ich Ihnen gerne auch ausführlichere Informationen und Angebote zu und freue mich auf ein persönliches Gespräch mit Ihnen. Zu weiteren Themen für Training, Seminare und Vorträge bin ich telefonisch für Sie erreichbar unter: 0664/1304377. Bin ich gerade für meine Kunden unterwegs, hinterlassen Sie bitte eine Nachricht auf meiner Mailbox-Hotline, ich rufe gerne zurück.