

„Kinder im Blick“

Ein Kurs für Eltern in Trennung

Was bietet dieser Kurs?

Wenn Eltern sich trennen, verändert sich vieles, auch für die Kinder. Sie brauchen in dieser Zeit besonders viel Zuwendung, um den Übergang in den neuen Lebensabschnitt gut zu bewältigen.

Das ist für die meisten Eltern nicht leicht. Finanzielle Probleme, Konflikte mit dem anderen Elternteil und mehr Stress fordern Kraft, Zeit und Nerven – häufig auf Kosten des eigenen Wohlbefindens.

In diesem Kurs werden folgende Fragen angesprochen:

- Was ist für meine Kinder in der gegenwärtigen Situation wichtig?
- Wie kann ich auch bei hohem Stresspegel eine gute Beziehung zu meinem Kind pflegen?
- Wie trage ich dazu bei, dass mein Kind sich fröhlich und gesund entwickelt?
- Und wie kann ich dabei auch noch gut für mich selbst sorgen?
- Kinder fragen – Eltern antworten
- Wie reagiere ich, wenn mein Kind unangenehme Gefühle hat?
- Konflikte besser bewältigen – raus aus der Achterbahn
- Eine neue Lebensperspektive gewinnen – was trägt mich, was ist mir wichtig?

Gute Gründe für diesen Kurs:

- Sie tun etwas für die Kinder und sich selbst.
- Sie bekommen Erziehungs- und Trennungsthemen anschaulich vermittelt.
- Sie lernen in kleinen Gruppen.
- Sie lernen Menschen mit ähnlichen Erfahrungen kennen.
- Sie erhalten Erkenntnisse auf dem neuesten Stand der Wissenschaft: Der Kurs wurde vom Familiennotruf in Zusammenarbeit mit der LMU entwickelt und wissenschaftlich begleitet.

Voraussetzung:

Die Eltern müssen (räumlich) getrennt leben. Beide Eltern sollen regelmäßig Kontakt zu ihren Kindern haben.

Zeitlicher Rahmen:

Das Elternttraining umfasst 7 Kurstreffen à 3 Stunden. Die Eltern nehmen jeweils getrennt voneinander an zwei verschiedenen Kursen mit demselben Inhalt teil.

Information und Anmeldung:

Ehe-, Familien- und Lebensberatung München
 Telefon: 0 89 / 54 43 11-0
 E-Mail: info@eheberatung-oberbayern.de