

Kurszeiten

Die Elternteile nehmen an getrennten Kursen teil, die an verschiedenen Tagen durchgeführt werden. Die Kursinhalte sind in beiden Kursen identisch.

Beide Kurse finden jeweils wöchentlich statt:

Termine des	28.10.2019	Uhrzeit:
Montagskurses:	04.11.2019	09:30—12:30
(Hechtgraben)	18.11.2019	
	25.11.2019	
	02.12.2019	
	09.12.2019	
	16.12.2019	

Termine des	22.10.2019	Uhrzeit:
Dienstagskurses:	29.10.2019	17—20 Uhr
(Rudolf-Seiffert-Str)	05.11.2019	
	19.11.2019	
	03.12.2019	
	10.12.2019	
	17.12.2019	

Kursleiter des
Montagskurses: Swantje Weber
Marian Stüdemann

Kursleiter des
Dienstagskurses: Bettina Gieser
Michael Weidner

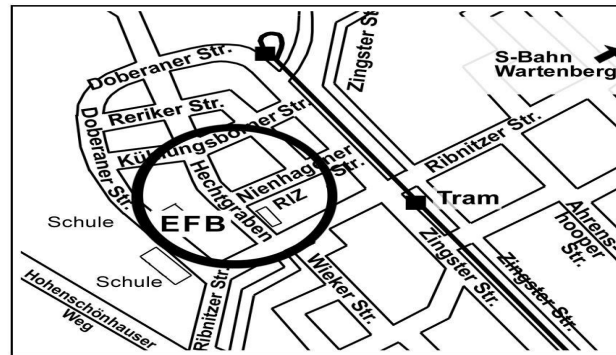
Anmeldung: Tel.: 971 13 96

EFB in Hohenschönhausen

Kosten: Zur Deckung der Kosten für das umfangreiche Kursmaterial wird ein Beitrag von 20 € erhoben.

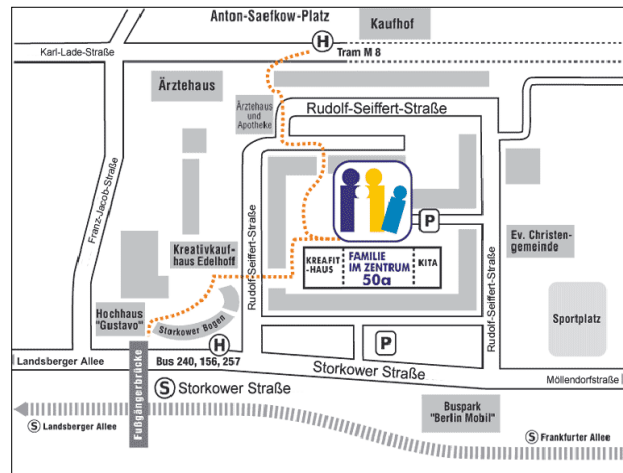
Veranstaltungsorte für die Kurse

Montagskurs:



EFB IN HOHENSCHÖNHAUSEN
Zum Hechtgraben 1, 13051 Berlin

Dienstagskurs:



Erziehungs- und Familienberatung
„Familie im Zentrum“ / E/JF gAG
Rudolf-Seiffert-Str. 50a, 10369 Berlin
Tel.: 9787 0010

Kinder im Blick

Ein Trainingskurs für Eltern in
Trennungssituationen

Ab Oktober 2019



Bezirksamt Lichtenberg von Berlin
Abt. Familie, Jugend und Gesundheit
Psychosoziale Dienste - EFB

in Kooperation mit

Erziehungs- und Familienberatung
„Familie im Zentrum“ / E/JF gAG
- Standort Rudolf-Seiffert-Straße -

Für wen ist dieser Kurs?

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

Der Elternkurs „*Kinder im Blick*“ kann Eltern dabei helfen, schwierige Trennungskonflikte besser zu bewältigen. Vor allem geht es in dem Kurs darum, trotz des Konflikts die Kinder im Blick zu behalten und für sie zu sorgen. Trotz aller Meinungsverschiedenheiten haben alle Eltern den Wunsch, dass es ihren Kindern gut geht und sie nicht unter den Konflikten leiden müssen.

In diesem Kurs werden drei Schwerpunkte gesetzt:

- Wie kann ich in der Trennungsphase für mich selber sorgen? Wie kann ich besser mit dem Stress umgehen?
- Was kann ich tun, um meinem Kind bei der Bewältigung der Trennung zu helfen?
- Wie kann ich besser mit dem anderen Elternteil umgehen und Konflikte ausbremsen?



Durchführung des Kurses

Kinder im Blick

- besteht aus 7 Sitzungen á drei Stunden.
- findet in einer kleinen Gruppe von maximal 10 Teilnehmern statt.
- wird in zwei getrennten Gruppen durchgeführt, so dass beide Elternteile in verschiedenen Gruppen mit anderen Eltern zusammenarbeiten.
- wird von zwei Trainern (einem Mann und einer Frau) geleitet.
- ermöglicht Ihnen mit einer ausführlichen Elternmappe die Wiederholung und Erprobung des Gelernten zuhause.
- bietet Ihnen die Möglichkeit, sich mit anderen Eltern, die in ähnlichen Situationen sind, auszutauschen.

Grundlagen

Der Elternkurs „*Kinder im Blick*“ wurde von der Ludwig Maximilians Universität in Zusammenarbeit mit dem Familien-Notruf München entwickelt. Bei der Erarbeitung des Programms wurden die neuesten Erkenntnisse der Stress- und Scheidungsforschung berücksichtigt.

Weitere Infos unter: www.kinderimblick.de

Die Kursinhalte im Überblick

Mit folgenden *Fragen und Themen* beschäftigen wir uns:

- Was braucht mein Kind in der Trennungssituation?
- Wie kann ich selber im „Stressmeer“ auftanken und für mich sorgen?
- Wie kann ich die Fragen meines Kindes über die Trennung beantworten?
- Wie gehe ich mit den unangenehmen Gefühlen meines Kindes—Wut, Trauer, Schmerz—um?
- Wie kann ich im eigenen Stress die Beziehung zu meinem Kind pflegen?
- Was kann ich tun, um Konflikte mit dem anderen Elternteil zu entschärfen?
- Wie können wir als Eltern auch in der Trennungssituation besser für unser Kind sorgen?
- Wie können Kinder und Eltern eine neue Lebensperspektive gewinnen?

