

Wichtige Hinweise zum Kurs:



KINDER IM BLICK

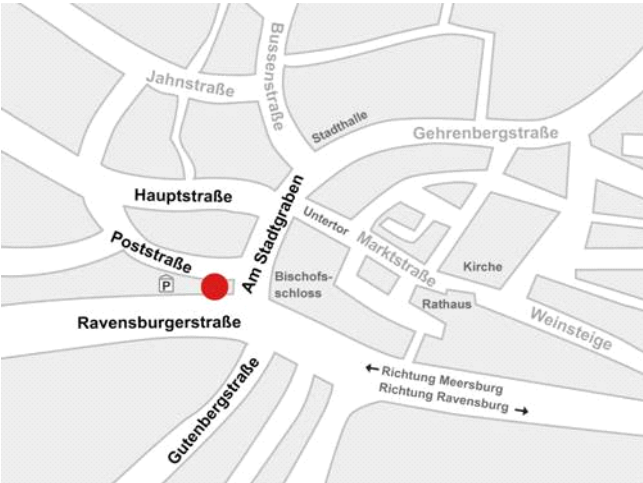
Es finden zwei Gruppen im Jahr (mit je ca. 8 Teilnehmern) statt. Die Elternteile können an den unterschiedlichen Gruppen teilnehmen.

Die Gruppen werden jeweils von zwei Fachkräften der Beratungsstellen (Frau und Mann) geleitet.

Termine:
Im Frühjahr und im Herbst
immer **Mittwochs**
insgesamt **7 Termine**
jeweils von **18.00—21.00 Uhr**
Optional wird ein Nachtreffen am Ende eines Kurses angeboten.

Ein Kurs für Eltern in Trennung

Anfahrtsskizze Veranstaltungsort: Markdorf



Kursgebühren:
Es gibt die Möglichkeit die Kosten auf Antrag durch das Projekt „STÄRKE“ zu finanzieren, zuzügl. Handbuch/Getränke 10,00 €

Veranstaltungsort:
Außenstelle der Psychologischen Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche
Am Stadtgraben 1
(Zugang über Poststraße neben Parkhaus Post)
88677 Markdorf

Anmeldung:
Psychologische Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche
Mühlbachstraße 18, 88662 Überlingen
Tel.: 07551/308560
Psychologische Familien- und Lebensberatung
Katharinenstraße 16, 88045 Friedrichshafen
Tel.: 07541/3000-0

Projekt der Psychologischen Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche in Überlingen und der Psychologischen Familien- und Lebensberatung in Friedrichshafen



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 der Kinder, aber genauso oft 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?
- Wie kann ich den Kontakt zum anderen Elternteil im Sinne meines Kindes gestalten?
- Wie kann ich dabei auch noch für mich selbst sorgen?

Die Themen im Überblick

- Eltern sein und Eltern bleiben
Kinder fragen – Eltern antworten
- Was braucht mein Kind jetzt?
- Wie reagiere ich, wenn mein Kind unangenehme Gefühle hat?
- Aufmerksamkeit und Beachtung – die Beziehung zu meinem Kind pflegen
- Konflikte besser bewältigen – Raus aus der Achterbahn
- Wie ich in Krisensituationen auftanken kann
Inseln im Stressmeer
- Was trägt mich?
Eine neue Lebensperspektive gewinnen
- Herausforderungen beim Übergang zu einer Patchworkfamilie

Gute Gründe für den Kurs

- Etwas für die Kinder und für sich selbst tun
- Sie lernen Ihr Kind und seine Bedürfnisse besser kennen - und erfahren, wie man darauf eingehen kann
- lebensnahe Themen, anschaulich vermittelt
- individuelles Lernen in kleinen Gruppen
- Menschen mit ähnlichen Erfahrungen kennen lernen
- Erkenntnisse auf dem neuesten Stand der Wissenschaft
- Erfahrene Kursleitung