

Trennung meistern – Kinder stärken

Eine Trennung oder Scheidung ist ein krisenhaftes Ereignis und somit eine große Herausforderung für die ganze Familie. Wenn sich die getrennten Eltern dennoch überwiegend gut verständigen können, ist die Situation zwar weiterhin schwer, aber die wichtigsten Dinge können geklärt und die Folgen für die Kinder abgemildert werden.

Manche Trennungen sind aber auch von schwierigen Auseinandersetzungen begleitet, die Emotionen kochen hoch und die Einigungen im Interesse der Kinder fallen schwer. Bei wem bleiben die Kinder, wie schaffen wir gute Regelungen für die Zeiten beim anderen Elternteil, wie gestalten wir die Übergänge gut für die Kinder?

Eingeladen sind Eltern, Väter und Mütter, die sich gerade trennen oder schon länger getrennt haben und die Herausforderung der weiteren gemeinsamen Elternschaft gut meistern möchten.

Inhalt des Elterntrainings

Sie lernen, aus der Achterbahn der Gefühle und den Konflikten auszusteigen und wieder **gut für sich zu sorgen**.

Sie entdecken neue Handlungsmöglichkeiten und **Lösungswege zur Erleichterung der Kommunikation**.

Gemeinsam nehmen wir die Gefühle und Bedürfnisse Ihrer **Kinder in den Blick**. Hilfreiche Tipps sollen Sie darin unterstützen, die Elternschaft trotz Trennung weiterhin positiv zu gestalten und zu erleben.

Die Themen des Elterntrainings:

- Trennung und Chancen
- Konflikte und Lösungen
- Mein Kind und die Trennung
- Eltern bleiben - Teil 1
- Eltern bleiben - Teil 2
- Zukunftsmodell „Arbeitssteam“

Ablauf des Elterntrainings

- Das Elterntaining findet in kleinen Gruppen und in einem geschützten Raum statt.
- Die Gruppen finden an sechs Abenden statt, jeweils von 18:00 Uhr bis 20:00 Uhr.
- Mit Gesprächen und Übungen werden Lösungen für schwierige Situationen gemeinsam erarbeitet.
- Verschiedene Materialien und ein zu füllender „Werkzeugkoffer“ unterstützen Sie dabei, die erarbeiteten Inhalte im Alltag umzusetzen.

Gruppenleiterinnen und Termine

Die Kursreihe wird von zwei erfahrenen Beraterinnen der Beratungsstelle geleitet.

Thekla Witte-Uhl, Dipl. Psychologin und Systemische Familientherapeutin.

Elke Seifermann, Dipl.-Psychologin und Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeutin.

Die Gruppe trifft sich am

Montag, den 16.10.2023 in den Räumen der Psychologischen Beratungsstelle

zum ersten Termin.

Die weiteren Termine finden ebenfalls immer montags von **18:00 – 20:00 Uhr** statt.

23.10.2023
06.11.2023
13.11.2023
20.11.2023
27.11.2023

Informationen und Anmeldung

Bitte wenden Sie sich direkt an die Psychologische Beratungsstelle Achern, wenn Sie weitere Fragen haben und/oder sich für die Kursreihe anmelden wollen.

Sekretariat der PB

Lucia Trautmann und Birgit Schindler:

Tel: 07841 / 60 48 44 00

E-Mail: pb.achern@ortenaukreis.de



Die Psychologische Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche und die Fachstelle Frühe Hilfen im Haus des Ortenaukreises in der Illenau / Achern.

Psychologische Beratungsstelle Achern für Eltern, Kinder und Jugendliche

- mit Fachstelle Frühe Hilfen -

Illenauer Allee 57
77855 Achern

Tel: 07841 / 60 48 44 00
E-Mail: pb.achern@ortenaukreis.de

Elternkurs

Trennung meistern – Kinder stärken

der PB Achern

