

Hat die Trennung der Eltern zwangsläufig für die betroffenen Kinder negative Folgen, wie man früher dachte? Dies muss nicht so sein, denn vielen Eltern gelingt es auch nach der Trennung, in Erziehungsfragen zusammen zu arbeiten und ihren Kindern Zuwendung und Unterstützung zu geben.

Für die Kinder ist dies entscheidend – für die Eltern oft eine große Herausforderung in einer Zeit, in der sich vieles ändert und schwierige Gefühle bewältigt werden müssen. Denn häufig gibt es im Rahmen einer Trennung viele Streitpunkte, zum Beispiel über Finanzen, über den Kontakt beider Eltern zu ihren Kindern und die Erziehungsarbeit. Anhaltende Konflikte und ein hoher Stresspegel fordern Kraft, Zeit und Nerven – häufig auf Kosten der Kinder, aber genauso oft auf Kosten des eigenen Wohlbefindens.

Wann?

7 Termine immer dienstags von 10.00 bis 13:00 Uhr vom 03.09.2024 bis zum 15.10.24.

Wo?

Mittelbuschweg 8
12055 Berlin
Verkehrsanbindung:
S+U-Bhf. Neukölln / Bus 377 bis Mittelbuschweg
S-Bhf. Sonnenallee / Bus 171 bis Niemetzstraße

Wie?

Unkostenbeitrag 60 Euro

Anmeldung unter der Rufnummer 90239 4600
montags bis freitags 9:00 -15:00



Ein Training für Eltern in
Trennung
Angeboten von der

**Erziehungs- und
Familienberatung (EFB)**

und dem

**Kinder- und
Jugendpsychiatrischer
Dienst (KJpD)**



Für wen?

Kinder im Blick ist für getrenntlebende Eltern mit Kindern ab 3 Jahren gedacht, die

- Orientierung suchen, um mit der geänderten Situation umzugehen
- ganz grundsätzlich sich selbst und ihren Kindern nach einer Trennung besser helfen wollen
- schon länger getrennt sind und Schwierigkeiten im Umgang mit dem anderen Elternteil oder mit ihrem Kind/ihren Kindern haben
- aktuelle und wissenschaftlich fundierte Antworten auf Fragen suchen, die den Umgang mit sich, den Kindern oder dem anderen Elternteil in der Trennungssituation betreffen

Was?

Kinder im Blick ist ein praxisorientiertes Training, in dem Sie alltagstaugliche Kompetenzen für den Umgang mit sich selbst, dem Kind und dem anderen Elternteil erwerben können. Es wurde als Gruppenangebot entwickelt, da sich gezeigt hat, dass der Austausch in der Gruppe für das Einüben neuer Kompetenzen und die Praxisumsetzung hilfreich ist. Jeder Elternteil nimmt parallel an unterschiedlichen Kursen teil

Kursinhalte:

- Selbstfürsorge in Krisensituationen
- Die Bedürfnisse des Kindes beachten
- Loyalitätskonflikte und ihre Wirkung
- Die Beziehung zum Kind pflegen
- Belastungen des Kindes erkennen und das Kind bei deren Bewältigung unterstützen
- Effektiver mit dem anderen Elternteil kommunizieren
- Perspektive als Vater und Mutter entwickeln

