

## Termine und Anmeldung

Unser *Herbst-Kurs* findet an folgenden Terminen statt:

Gruppe A - jeweils von 16.00 – 19.00 Uhr

Donnerstag	19.09.2024
Donnerstag	26.09.2024
Donnerstag	10.10.2024
Donnerstag	17.10.2024
Donnerstag	07.11.2024
Donnerstag	14.11.2024
Donnerstag	21.11.2024

**Ort:** Immanuel Beratung Pankow  
Borkumstraße 22, 13189 Berlin

Kursleitung: Frau Hitzmann und Herr Frank

Gruppe B - jeweils von 16.00 – 19.00 Uhr

Montag	16.09.2024
Montag	23.09.2024
Montag	30.09.2024
Montag	07.10.2024
Montag	04.11.2024
Montag	11.11.2024
Montag	18.11.2024

**Ort:** Erziehungs- und Familienberatung  
Neue Schönholzer Str. 35, 13187 Berlin

Kursleitung: Frau Ruffer und Frau Guagnin

**Anmeldung bitte bis zum : 14.06.2024**  
**unter Rufnummer: 030-447262170.**

**Kostenbeitrag** für den Kurs 30,00 Euro

**Immanuel Beratung Pankow**  
Borkumstraße 22, 13189 Berlin  
Tel.: 030-4 47 26 21 70

**Erziehungs- und Familienberatung**  
Neue Schönholzer Straße 35, 13187 Berlin  
Tel.: 030-9 02 95 27 50

# Kinder

im

Blick ©



## Ein Kurs für Eltern in Trennung

Angeboten von:

**Bezirksamt Pankow von Berlin**  
**Erziehungs- und Familienberatung**

## Was bietet dieser Kurs?

Wenn Eltern sich trennen, verändert sich vieles, auch für ihre 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, gehen häufig auf Kosten der Kinder, aber auch genau so oft auf Kosten des eigenen Wohlbefindens.

Dieser Kurs behandelt drei grundlegende Fragen:

- Wie kann ich die Beziehung zu meinem Kind positiv gestalten und seine Entwicklung fördern?
- Was kann ich tun, um Stress zu vermeiden und abzubauen?
- Wie kann ich den Kontakt zum anderen Elternteil im Sinne meines Kindes gestalten?

## Die Themen im Überblick:

Eltern sein und Eltern bleiben nach der Trennung: Fallstricke und Chancen

Was braucht mein Kind jetzt?

Kinder fragen – was kann ich antworten?

Wie kann ich in Krisensituationen „auftanken“?

Aufmerksamkeit und Beachtung – die Beziehung zu meinem Kind pflegen.

Wie reagiere ich, wenn mein Kind unangenehme Gefühle hat?

Wie lassen sich Konflikte mit dem anderen Elternteil entschärfen und besser bewältigen?

Eine neue Lebensperspektive gewinnen – was trägt mich, was ist mir wichtig?



## Allgemeines zum Kurs:

Kinder im Blick

- umfasst 7 Sitzungen à 3 Stunden in einer überschaubaren Gruppe
- wird in zwei getrennten Gruppen durchgeführt, so dass beide Eltern an unterschiedlichen Terminen teilnehmen
- ist für getrennte Eltern mit Kindern ab 3 Jahren entwickelt
- wird von einem professionellen Zweierteam geleitet
- hilft, neue Lösungen zu finden und unter Anleitung zu erproben
- bietet mit einer Elternmappe die Möglichkeit, das Gelernte zu Hause zu vertiefen.

Entwickelt von:



Familien-Notruf München

Beratungsstelle für Einzelpersonen, Paare und Familien in Ehekrise, Trennung und Scheidung

