Hamburg | Bezirksamt Altona

Dieses Projekt wird vom Bezirksamt Altona gefördert

KiB

Grundlagen des Kurses:

„Kinder im Blick“ ist ein wissenschaftlich fundiertes Angebot, das in der Beratungspraxis mit Trennungsfamilien entwickelt wurde. Es hat seine Grundlagen in der Stress- und Scheidungsforschung und baut auf dem Elternkurs „Familienteam“ auf. Kooperationspartner bei der Entwicklung des Kurses waren:

- **die Ludwig-Maximilians-Universität München (LMU), Prof. Dr. Sabine Walper und Team**
- **der Familien-Notruf München e. V.**

Der Elternkurs wird von einem Forschungsteam der Universität München wissenschaftlich begleitet, um die Qualität zu sichern und das Programm zu optimieren.

Haben Sie noch Fragen?
Hier gibt es weitere Informationen zu „Kinder im Blick“:

www.kinderimblick.de

Gute Gründe für diesen Kurs:

- **Sie lernen Ihr Kind und seine Bedürfnisse besser kennen – und erfahren, wie man darauf eingehen kann.**
- **Sie bekommen Vorschläge an die Hand, wie Sie besser mit dem anderen Elternteil umgehen können.**
- **Sie haben die Gelegenheit, praktische Tipps zu erproben.**
- **Wichtige, neueste Erkenntnisse der Scheidungsforschung werden Ihnen praxisnah vermittelt.**
- **Sie lernen individuell in kleinen Gruppen.**
- **Sie lernen andere Eltern in Trennungssituationen kennen.**

Kinder im Blick

Ein Kurs für Eltern in Trennung

Diakonie Hamburg

Erziehungsberatungsstelle Altona-West

VEREINIGUNG PESTALOZZI Menschlichkeit bewegt.

LMU LUDWIG-MAXIMILIANS-UNIVERSITÄT MÜNCHEN

familiennotruf münchen

Beratungsstelle für Familien- und Partnerschaftskrisen, Trennung und Scheidung

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.

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: Risiken und Chancen**
- **Was braucht mein Kind jetzt?**
- **Kinder fragen – was kann ich antworten?**
- **Wie kann ich trotz Krisensituationen „auftanken“?**
- **Mein Kind und ich – wie kann ich eine gute 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?**
- **Herausforderungen beim Übergang zu einer Patchworkfamilie**
- **Eine neue Lebensperspektive gewinnen – was trägt mich, was ist mir wichtig?**

Allgemeines zum Kurs:

Kinder im Blick

- **umfasst 6 Sitzungen à 3 Stunden in einer überschaubaren Gruppe (max. 10 Teilnehmer/innen)**
- **kann um eine 7. Einheit zum Thema „Patchworkfamilien“ erweitert werden**
- **wird in zwei getrennten Gruppen durchgeführt, so dass beide Eltern an unterschiedlichen Abenden teilnehmen**
- **wird von einem professionellen Zweierteam geleitet**
- **hilft, neue Lösungen zu finden und unter Anleitung zu erproben**
- **bietet mit einer Elternmappe die Möglichkeit, das Gelernte zuhause zu vertiefen**