

Gute Gründe für diesen Kurs

- Sie lernen Ihr Kind und dessen Bedürfnisse besser kennen und erkennen.
- Sie bekommen Vorschläge an die Hand, wie Sie besser mit dem anderen Elternteil umgehen können.
- Sie haben die Gelegenheit, praktische Tipps zu erproben.
- Ihnen werden wichtige, neuste Erkenntnisse der Scheidungsforschung praxisnah vermittelt.
- Sie lernen individuell in kleinen Gruppen.
- Sie lernen im Austausch andere Eltern kennen, die ebenfalls Trennungserfahrungen haben.

Anmeldeinformationen

Psychologische Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche und Erwachsene

Bismarckstraße 26
27749 Delmenhorst
Telefon (04221) 14141
E-Mail psychologische-beratungsstelle@delmenhorst.de

Kursbeginn

Gruppe A: 15. Oktober 2018, 19 Uhr
Gruppe B: 22. Oktober 2018, 19 Uhr

Veranstaltungsort

Psychologische Beratungsstelle
Bismarckstraße 26
27749 Delmenhorst

Anmeldung

Bitte melden Sie sich möglichst bis zum
17. September 2018 an.



Impressum

Stadt Delmenhorst
– Der Oberbürgermeister –
Medien und Kommunikation
Rathausplatz 1
27749 Delmenhorst

Stand: August 2018

Unser Kind im Fokus

Kursangebot für getrennt lebende Eltern



... Grundlegendes

Trennung und Scheidung stellt für alle in der Familie eine große Herausforderung und Belastung dar. Um den Übergang in den neuen Lebensabschnitt gut zu bewältigen, brauchen Kinder in dieser Zeit besonders viel Zuwendung.

Für die meisten Eltern ist es zum Beispiel wegen der finanziellen Probleme, der Konflikte mit dem anderen Elternteil oder der Trauer über die verlorene Beziehung nicht leicht, den eigenen Bedürfnissen und denen des Kindes gerecht zu werden.

Deshalb sollen in diesem Kurs grundlegende Themen besprochen werden, die die Beziehung und die Entwicklung des Kindes im Fokus haben.

Dabei ist ein wichtiger Aspekt, wie die Beziehung zum anderen Elternteil trotz bestehender Konflikte konstruktiv gestaltet werden kann.



... Die Inhalte 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 Krisensituation „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?
- Die neue Patchworkfamilie – wie schaffe ich einen guten Übergang?
- Eine neue Lebensperspektive gewinnen – was trägt mich, was ist mir wichtig?



... Zum Ablauf der Kurse

- Der Kurs umfasst sechs Sitzungen à zwei Stunden in einer gemischten Gruppe von Müttern und Vätern mit maximal zehn Teilnehmerinnen oder Teilnehmern.
- Er findet in der Zeit von 19 bis 21 Uhr statt.
- Der Kurs wird in zwei getrennten Gruppen durchgeführt, sodass beide Elternteile an unterschiedlichen Abenden teilnehmen.
- Die Kursleitung erfolgt durch ein professionelles Zweierteam der Psychologischen Beratungsstelle.
- Eine Erweiterung um eine siebte Einheit zum Thema „Patchworkfamilie“ ist nach Absprache möglich.
- Die Teilnehmenden lernen, neue Lösungen zu finden und unter Anleitung zu erproben.
- Die Teilnahme ist kostenlos und sollte verbindlich erfolgen.
- Teilnehmen können Eltern aus Delmenhorst und aus dem Landkreis Oldenburg.
- Alle persönlichen Inhalte unterliegen der Schweigepflicht und werden vertraulich behandelt.

