

## Rahmenbedingungen

- umfasst 7 Sitzungen à 3 Stunden in einer überschaubaren Gruppe (max. 10 Teilnehmer/innen)
- wird in zwei getrennten Gruppen durchgeführt, so dass beide Elternteile an zeitlich unterschiedlichen Kursen teilnehmen können
- 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
- vor Kursbeginn findet ein erstes Kennenlernen mit einer der beiden Kursleitungen statt.

**Kurskosten:** Keine

**Sonstige Kosten:** 20,-- € für Catering und Elternmappe

**Ort:** In den Räumen der Beratungsstelle

**Wann:** donnerstags, 14-tägig in der Zeit von 17:30 Uhr bis ca. 20:30 Uhr.

## Weitere Auskünfte & Anmeldung

Im Sekretariat der Beratungsstelle (s.u.)  
oder für inhaltliche Fragen:



**Melanie Buzug**  
Diplom Psychologin  
Fachdienstleiterin  
Zertifizierte Kursleiterin  
„Kinder im Blick“



**Jürgen Hustemeier**  
Diplom Sozialarbeiter  
Systemischer Berater  
Zertifizierter Kursleiter  
„Kinder im Blick“

Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche  
des Caritasverbandes für Ahlen, Drensteinfurt und  
Sendenhorst e. V.

Rottmannstraße 27

59229 Ahlen

Telefon: 02382 893 128

E-Mail: [erziehungsberatung@caritas-ahlen.de](mailto:erziehungsberatung@caritas-ahlen.de)

[www.caritas-ahlen.de](http://www.caritas-ahlen.de)

### Öffnungszeiten:

Montag - Donnerstag: 08:30 - 12:00 Uhr  
13:00 - 16:30 Uhr  
Freitag: 08:30 - 12:00 Uhr

## Kinder im Blick



## Ein Kurs für Eltern in Trennung



**Caritasverband**  
für Ahlen, Drensteinfurt  
und Sendenhorst e.V.



**Caritasverband**  
für Ahlen, Drensteinfurt  
und Sendenhorst e.V.

## Was bietet dieser Eltern-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?

## Gute Gründe für diesen Kurs:

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

## Grundlagen des Kurses:

„Kinder im Blick“ ist ein wissenschaftlich fundiertes Gruppenangebot, das in der Beratungspraxis mit Trennungsfamilien entwickelt wurde.

Es hat seine Grundlagen in der Stress- und Scheidungsforschung und baut auf dem Elternkurs „Familienteam“ auf.

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