

Termine und Anmeldung

Unser Kurs findet an folgenden Terminen statt:

jeweils von 15:00 Uhr bis 18:00 Uhr

Freitag	07.11.2025
Freitag	14.11.2025
Freitag	21.11.2025
Freitag	28.11.2025
Freitag	05.12.2025
Freitag	12.12.2025
Freitag	19.12.2025

Ort:

Erziehungs- und Familienberatung (EFB)

Bezirksamt Mitte von Berlin

Schulstr. 101 – Haus der Familie

1. Etage

13347 Berlin

Kursleitung:

Frau Rohowski und Herr Arsenic

Information und Anmeldung telefonisch oder per E-Mail bei der Beratungsstelle.

Tel: 030/9018 45400 – Geschäftszimmer

E-Mail: efb.zentrum-wedding@ba-mitte.berlin.de

Kostenbeitrag für Material etc. einmalig 25,- €

Grundlagen

„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 sind die Ludwig-Maximilians-Universität (LMU) und der Familiennotruf München e.V.



Ein Kurs für Eltern in Trennung



Angeboten von der

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



Familien-Notruf München

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



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 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:

Was braucht mein Kind jetzt?

Kinder fragen
- was kann ich antworten?

Wie kann ich in Krisensituationen „auffanken“?

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
- sollte von beiden Eltern besucht werden, jedoch in zwei getrennten Gruppen, sodass beide Eltern an unterschiedlichen Terminen teilnehmen
- ist für getrennte Eltern mit Kindern ab 3 Jahren entwickelt
- wird von einem zertifizierten Zweierteam geleitet
- hilft, neue Lösungen zu finden und unter Anleitung zu erproben
- bietet mit Unterlagen die Möglichkeit, das Gelernte zu Hause zu vertiefen.

