

KiB – Kinder im Blick

Ein Kurs für Eltern in und nach Trennung/ Scheidung

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.

Probleme und Konflikte mit dem anderen Elternteil machen Stress und gehen häufig zu Lasten der Kinder und des eigenen Wohlbefindens.

Die Familien- und Erziehungsberatungsstellen in Essen machen mit dem Kurs „Kinder im Blick“ ein Angebot, das Ihnen helfen möchte, eine neue Lebensperspektive zu gewinnen. Entdecken Sie, wie Sie gemeinsam mit ihren Kindern nach einer Trennung die neue Lebenssituation bewältigen können.

Der Kurs ist ein wissenschaftlich fundiertes Angebot, das in der Beratungspraxis mit Trennungsfamilien entwickelt wurde.

Die Themen des Kurses im Überblick:

- ❖ Sie lernen die emotionalen Bedürfnisse Ihres Kindes im Zuge der Trennung noch besser kennen und erfahren, wie Sie darauf eingehen können.
- ❖ Sie erleben, wie Sie in diesem Kontext die Beziehung zu Ihrem Kind positiv gestalten und seine Entwicklung fördern können.
- ❖ Sie lernen Möglichkeiten kennen, Stress zu vermeiden und abzubauen und trotz Krisensituationen „aufzutanken“.
- ❖ Sie bekommen Vorschläge an die Hand, wie Sie den Kontakt zum anderen Elternteil im Sinne Ihres Kindes gestalten können und Konflikte mit dem anderen Elternteil entschärfen oder besser bewältigen können.
- ❖ Der Kurs hilft Ihnen neue Lösungen zu finden und praktische Tipps unter Anleitung zu erproben. Eine Elternmappe bietet Ihnen die Möglichkeit das Gelernte zu Hause zu vertiefen.
- ❖ Durch den Kurs haben Sie die Gelegenheit mit anderen Eltern in Trennungssituationen ins Gespräch zu kommen.

Der Kurs „Kinder im Blick“

wird von 2 Fachleuten moderiert und umfasst 7 Sitzungen à 3 Stunden in einer Gruppe von maximal 10 Teilnehmer*innen und befasst sich mit folgenden Fragen:

- ❖ Was ist für mein Kind/ meine Kinder in der gegenwärtigen Situation wichtig?
- ❖ Wie kann ich auch bei einem hohen Stresslevel eine gute Beziehung zu meinem Kind pflegen?
- ❖ Wie trage ich dazu bei, dass mein Kind sich unbeschwerter entwickelt?
- ❖ Wie können wir als Eltern besser miteinander kommunizieren und umgehen?
- ❖ Wie kann ich in der Belastungssituation auch für mich selbst gut sorgen?

Unser Kurs findet in unserer Beratungsstelle statt.

Termine:

Do, 20.04.2023, 9:30 Uhr 12:30 Uhr

Do, 27.04.2023, 9:30 Uhr 12:30 Uhr

Do, 04.05.2023, 9:30 Uhr 12:30 Uhr

Do, 11.05.2023, 9:30 Uhr 12:30 Uhr

Do, 25.05.2023, 9:30 Uhr 12:30 Uhr

Do, 01.06.2023, 9:30 Uhr 12:30 Uhr

Do, 15.06.2023, 9:30 Uhr 12:30 Uhr

Anmeldung telefonisch unter 0201/ 85 60 60 oder per Mail unter info@impulse-essen.de

Weitere Kurse in Essen bieten unsere Kooperationspartner an:

- **Familienraum des Diakoniewerks Essen**
Tel: 0201/ 2664-195 411
<https://www.diakoniewerk-essen.de/jugend+und+familie/soziale+dienste/familienraum/2598-kinder+im+blick>
- **Cse-Essen**
Tel: 0201/ 632 569 810
<https://www.cse.ruhr/kinder-jugend-familie/alle-standorte-im-ueberblick/standort/104-kinder-im-blick>
- **Kinderschutzbund Essen**
Tel: 0201/ 999 503 40
<https://www.dksb-essen.de/lernhaeuser-essen/familie/kinder-im-blick>
- **JPI-Jugendpsychologisches Institut der Stadt Essen**
Tel: 0201/ 8851-333
https://www.essen.de/leben/gesundheit/jpi/jpi_kinder_im_blick.de.html
- **Caritasverbände Mülheim und Oberhausen**
Tel. 0208 3000 890 (Mülheim) oder Tel. 0208 940 44 60 (Oberhausen)