

## Elternkurs „Kinder im Blick“

### Kurs für Eltern in Trennung und Scheidung

#### Warum es die Elternkurse „Kinder im Blick“ gibt:

Wenn Eltern sich trennen, brauchen die Kinder besonders viel Achtsamkeit und Zuwendung. Gleichzeitig stehen die Eltern unter hohen Stress, der sie Kraft, Zeit und Nerven kostet. Das geht häufig zu Lasten der Kinder – was dann Vätern und Müttern wiederum ein schlechtes Gewissen macht und so deren Belastung erhöht. Ein schwieriger Teufelskreis. Das Elterntaining „Kinder im Blick©“ bietet hier Hilfestellung für interessierte Eltern an.

#### Die Themen des Kurses:

- Eltern sein und Eltern bleiben
- Kinder fragen – Eltern antworten
- Was braucht mein Kind jetzt?
- Wie reagiere ich, wenn mein Kind unangenehme Gefühle hat?
- Aufmerksamkeit und Beachtung – Die Beziehung zu meinem Kind pflegen
- Konflikte besser bewältigen – „Raus aus der Achterbahn“
- Wie ich in Krisensituationen auftanken kann – „Inseln im Stressmeer“
- Was trägt mich? – Eine neue Lebensperspektive gewinnen

#### Die Struktur des Kurses:

Beide Elternteile nehmen an sechs Trainingsabenden zu je drei Stunden in voneinander getrennten Gruppen teil. Jeder Kurs wird von einem Trainerpaar (Frau/ Mann) geleitet.

Teilnehmen können nur Väter und Mütter, die aktuell Umgang mit ihrem Kind haben.

#### Sechs gute Gründe für diesen Kurs:

- Entwickeln eines größeren Verständnisses für Kinder in der Trennungssituation
- Trennungsrelevante Themen anschaulich vermittelt
- Individuelles Lernen und Erfahren in kleinen Gruppen
- Austausch mit Eltern in vergleichbaren Situationen
- Erkenntnisse auf dem neuesten Stand der Familienforschung
- Praxiserfahrene Kursleiter

Siehe auch: [www.kinderimblick.de](http://www.kinderimblick.de)

---

#### Nächste Termine:

- Der nächste Kurs startet am 3. November 2022. Eine Gruppe 2 findet ggf. im Frühjahr 2023 statt (nach Bedarf)
- Termine: Der Kurs findet 14-tägig donnerstags von 17.00 bis 20.00 Uhr statt: 3.11., 17.11., 1.12., 15.12.2022 + 5.1., 19.1.2023

- Anmeldung: Anmeldungen bitte bis 21.10.2022

## Kosten

Einen Kostenbeitrag gibt es für diesen Kurs nicht, da er aus dem Projekt „Stark im Sozialraum“ der Senatorin für Soziales, Jugend, Integration und Sport gefördert wird.

Regulärer Kostenbeitrag pro Teilnehmer: € 75,00 (erm. € 45,00).

## Aktuelle Termine

**Ein Angebot von:**

[Bremische Evangelische Kirche](#)

**Veranstaltungsort:**

St. Petri Domgemeinde

**Adresse:**

Domsheide 2

28195 Bremen

**Ansprechperson:**

Ulrich Leube, Ebba Kirchner-Asbrock

**Telefon:**

0421 33 35 63

**E-Mail-Adresse:**

[bek-lebensberatung@kirche-bremen.de](mailto:bek-lebensberatung@kirche-bremen.de)

**Internetadresse:**

[www.ful.kirche-bremen.de](http://www.ful.kirche-bremen.de)

**Nächste Termine:**

Termine bitte erfragen

**Anmeldungsinfo:**

Anmeldung bis 21.10. erforderlich

**Kosten:**

kostenfrei