

## Kinder im Blick...

- ...umfasst sechs Termine zu je drei Stunden.
- ...ist ein Kurs mit zwei parallel laufenden Gruppen, sodass beide Elternteile an unterschiedlichen Abenden teilnehmen können.
- ...hilft neue Lösungen zu finden und zu erproben.
- ...bietet mit einer Elternmappe die Möglichkeit, das Gelernte zu Hause zu vertiefen.
- ...ist ein wissenschaftlich fundiertes Angebot, das vom *familiennotruf münchen* aus der Beratungspraxis mit Trennungsfamilien entwickelt wurde.



die lobby für kinder

### Familienberatungsstelle

Elberfelder Str. 41, 42853 Remscheid  
Tel.: 02191 – 2 71 90  
familienberatung@kinderschutzbund-remscheid.de

### profamilia

Beratungsstelle Remscheid

### Partnerschafts-, Familien- und Lebensberatung

Winkelstr. 2a, 42853 Remscheid  
Tel.: 02191 – 97 33 03  
remscheid@profamilia.de



KATHOLISCHE

Ehe  
Familien  
Lebensberatung

Blumenstr. 5, 42853 Remscheid  
Tel.: 02191 – 462 71 28  
remscheid@efl-wuppertal.de



STADT REMSCHEID  
DER OBERBÜRGERMEISTER

### Psychologische Beratungsstelle

Erziehungs-, Familien- und Schulberatung  
Hastener Str. 15, 42855 Remscheid  
Tel.: 02191 – 16 36 60  
efs-beratung@remscheid.de



Ehe-, Familien- und  
Lebensberatung  
Diakonisches Werk

Kirchhofstr. 2, 42853 Remscheid  
Tel.: 02191 – 59 16 00  
jugend+familie@diakonie-  
kklennep.de

# Kinder im Blick



Ein Training für Eltern  
in Trennung und  
Scheidung

## Was bietet dieses Training?

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.

Dieses Training 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 zum Wohle 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 jetzt antworten?

Wie kann ich in Krisensituationen „auftanken“?

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?

## Gute Gründe für dieses Training

- Sie lernen Ihr Kind und seine Bedürfnisse kennen und erfahren, wie Sie darauf eingehen können.
- Sie bekommen Anregungen, wie Sie besser mit dem anderen Elternteil umgehen können und was Sie für sich selbst tun können.
- Lebensnahe Themen werden praktisch und anschaulich vermittelt.
- Sie lernen individuell in kleinen Gruppen.
- Sie lernen andere Eltern in Trennungssituationen kennen.

