

Kursleiterin



Janna Wiehmann
M. Sc. Psychologie

Janna Wiehmann
Psychologin,
systemische Familientherapeutin,
Säuglings-Kleinkind-Eltern-Therapeutin

Weitere **Informationen** erhalten Sie bei

pro familia Waiblingen e.V.
Alter Postplatz 17, 71332 Waiblingen

Tel: 07151-98224 89 40

Fax: 07151-98224 89 55

waiblingen@profamilia.de
profamilia-waiblingen.de

pro familia Waiblingen e. V. ist ein
gemeinnütziger eingetragener Verein.

Wir sind politisch und konfessionell unabhängig.

Unterstützt durch das Sozialministerium aus
Mitteln des Landes Baden-Württemberg.



**„So hatte ich mir das
NICHT
vorgestellt!“**

STÄRKE

**Ein Angebot für Eltern von
Säuglingen, die viel schreien**

„So hatte ich mir das NICHT vorgestellt!“

Ein Angebot für Eltern von Säuglingen, die viel schreien oder wenig schlafen

Kennst Du diesen Gedanken?

Hast Du dir die erste Zeit mit deinem Kind anders vorgestellt? Bekommst Du zu wenig Schlaf, weil dein Baby sehr viel schreit oder sehr wenig schläft und fühlst Dich mit der Situation überfordert? In diesem Kurs kannst Du dich mit Eltern die sich in der gleichen Lebenslage befinden austauschen und wertvolle Informationen und Tipps für den Umgang mit dieser Situation bekommen.

„So hatte ich mir das nicht vorgestellt!“ ist speziell auf die Bedürfnisse von Eltern in dieser belastenden Situation abgestimmt. Neben Fachinformationen zum Thema Regulationsstörungen und Schlafstörungen gibt es genug Zeit für den Austausch in der Gruppe.

Klar ist, Eltern zu sein in dieser Situation ist eine große Herausforderung. Dieser Kurs hilft Dir dabei, in dieser stressigen Zeit trotzdem gut für Dein Kind und für Dich zu sorgen!

STÄRKE

Inhalte

Die erste Zeit mit einem Säugling

- Freude und Herausforderung
- Finden der Mutter/-Elternrolle

Mein Kind schreit ununterbrochen - Was kann ich tun?

- Wie kann ich meinem Kind helfen?
- Was macht das Schreien mit mir? Umgang mit eigenen Gefühlen und Impulskontrolle

Kindliche Selbstregulation

- Warum ist die Selbstregulation so wichtig?
- Wie kann ich mein Kind dabei unterstützen?

Alle Kinder schlafen, nur meins nicht! - Was kann ich tun?

- Was braucht mein Kind für einen guten Schlaf?
- Wie kann ich es dabei unterstützen?

Selbstfürsorge und Unterstützungsmöglichkeiten

- Was brauche ich für mich in dieser anstrengenden Zeit?

Und vieles mehr...!

STÄRKE

Organisatorisches

Der Kurs beinhaltet **5 Termine**, je 90 Minuten. Termin 1 + 2 finden als Doppeleinheit im Familienzentrum KARO, die drei Folgetermine finden online statt.

Der Kurs wird durch das Sozialministerium aus Mitteln des Landes Baden-Württemberg unterstützt und ist für Teilnehmer*innen **kostenlos**.

Einfach nach dem nächsten Termin fragen!

Weitere Infos und Anmeldung unter:

pro-familia
Waiblingen

Tel: 07151-98224 89 40

Email: waiblingen@profamilia.de

STÄRKE