

# Allgemeines

## Kinder im Blick

- umfasst sechs Sitzungen à drei Stunden in einer überschaubaren Gruppe (ca. acht TeilnehmerInnen)
- wird in zwei Gruppen durchgeführt, die Eltern nehmen getrennt voneinander teil
- hilft, neue Lösungen zu finden und unter Anleitung zu erproben
- bietet die Gelegenheit, andere Mütter und Väter in Trennungssituationen kennen zu lernen
- bietet die Möglichkeit, etwas für Ihre Kinder und sich selbst zu tun

Weitere Informationen finden Sie auf dem beigefügten Informationsblatt.

## Kooperationspartner

### Beratungsstelle Südviertel

Friedrich-Ebert-Str. 125 - 48153 Münster

Tel. 0251 - 77466

mail@beratungsstelle-suedviertel.de

### Diakonie Münster – Beratungs- und BildungsCentrum

Alter Steinweg 34, 48143 Münster

Tel. 0251 - 49015-0

Beratungs-und-BildungsCentrum@diakonie-muenster.de

### Trialog Beratungsstelle bei Familienkrisen, Trennung u. Scheidung

Von-Vincke-Str. 6 - 48143 Münster

Tel. 0251 - 511414

trialog@muenster.de

### Caritas Beratungsstelle für Eltern, Kinder u. Jugendliche

Josefstr. 2 - 48153 Münster

Tel. 0251 - 53009-338

eb-mitte@caritas-ms.de

Das Projekt wird finanziert vom Amt für Kinder, Jugendliche und Familien der Stadt Münster.



Sebastian Staerdecke (ideas-ahead/modern-props)/pixelio.de



# Kinder im Blick Ein Training für Eltern in Trennung

*Wenn Eltern sich trennen, verändert sich vieles, für sie selbst und für die Kinder. Die Kinder brauchen in dieser Zeit besonders viel Zuwendung, um den Übergang in den neuen Lebensabschnitt gut zu bewältigen.*

*Das ist für viele Eltern nicht leicht. Finanzielle Probleme, Konflikte mit dem anderen Elternteil und mehr Stress fordern Kraft, Zeit und Nerven. Nicht selten geschieht das zu Lasten der Kinder. Aber auch das eigene Wohlbefinden kann darunter leiden.*

## Kinder im Blick ...

ist für Eltern gedacht, die

- frisch getrennt sind und Hilfe suchen, mit der Situation umzugehen oder typische „Fallen“ von vornherein vermeiden möchten
- schon länger getrennt sind und den oft schwierigen Umgang mit dem anderen Elternteil oder ihrem Kind verbessern möchten
- ganz grundsätzlich sich selbst und ihren Kindern in der Trennung helfen wollen

Folgende Themen werden über sechs Einheiten bearbeitet:

- Ich** Eigene Fähigkeiten in den Blick nehmen
- Kind** Eltern-Kind-Beziehung verbessern
- Wir** Elterliche Konflikte verringern



## 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 „auftanken“?
- Wie kann ich die Beziehung zu meinem Kind pflegen?
- Was ist für mein Kind hilfreich, wenn es 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?

Allgemeine Informationen zum Kurs im Internet gibt es unter [www.kinderimblick.de](http://www.kinderimblick.de)