

## ALLGEMEINES ZUM GRUPPENTRAINING

- umfasst 7 Kurseinheiten à 3 Stunden in einer überschaubaren Gruppe (max. 10 Teilnehmer)
- es können **nicht beide Elternteile** gleichzeitig teilnehmen. Wir führen eine Warteliste für den nächstfolgenden Kurs
- wird von einem professionellen Zweierteam (Mann/Frau) geleitet
- die Gruppenleitung verfügt über eine langjährige Berufserfahrung in der Beratung von Einzelnen, Paaren und Familien und eine psychotherapeutische Zusatzausbildung
- alle Inhalte der Sitzungen sind absolut vertraulich
- das Angebot ist kostenfrei

### RÜCKFRAGEN UND ANMELDUNG

bitte über das Sekretariat  
Frau Feifel  
Telefon 07361 503-1473  
Telefax 07361 503-1763  
erziehungsberatung@ostalbkreis.de

Bitte nutzen Sie die eingelegte Anmeldekarte.

## VERANSTALTER



**Astrid Hark-Thome**  
Diplom-Psychologin  
Systemische Familientherapeutin  
Ausbildung in Psychodrama  
und Familienmediation bke;  
Leiterin der Erziehungs- und  
Familienberatungsstelle  
astrid.hark-thome@ostalbkreis.de



**Frank Hutter**  
Diplom-Sozialpädagoge  
Systemischer Familientherapeut  
Systemischer Supervisor  
stellvertretende Leitung  
frank.hutter@ostalbkreis.de



OSTALBKREIS



Landratsamt Ostalbkreis  
Erziehungs- und Familienberatungsstelle  
Stuttgarter Straße 41, 73430 Aalen  
Telefon 07361 503-1473  
erziehungsberatung@ostalbkreis.de  
www.ostalbkreis.de

**TRENNUNG MEISTERN –  
KINDER STÄRKEN**  
GRUPPENTRAINING

für Eltern in Trennung

## TRENNUNG MEISTERN – KINDER STÄRKEN

Eine Trennung oder Scheidung ist für alle, für die Eltern wie für die Kinder, ein einschneidendes Erlebnis. Wenn sich die Eltern dennoch verständigen können, ist es zwar trotzdem schwer, aber die wichtigsten Dinge können geklärt und die Folgen für die Kinder abgemildert werden.

Manche Trennungen sind aber auch von heftigem Streit begleitet, die Emotionen kochen hoch, die Nerven liegen blank und Einigungen im Interesse der Kinder fallen schwer. Bei wem bleiben die Kinder, wie viel Umgang ist gut, ist die Erziehung noch gewährleistet, wird mein Kind von anderen beeinflusst? Wie findet sich ein guter Umgang damit?

Mit einem bewährten Gruppentraining möchten wir Sie in dieser schwierigen Phase begleiten und Ihnen Hilfen an die Hand geben, mit denen Sie die Situation bewältigen und neue Lösungen finden können.

## INHALTE DES ELTERNTRAININGS

Sie lernen, aus Eskalationen in den Konflikten auszusteigen und **wieder gut für sich zu sorgen**.

Sie entdecken neue Handlungsmöglichkeiten und **Lösungswege zur Erleichterung der Kommunikation**.

Gemeinsam schauen wir auf die Gefühle und Bedürfnisse **Ihrer Kinder in der Trennungssituation**. Wir erarbeiten gemeinsam, wie Ihre Elternschaft trotz Trennung weiterhin positiv gestaltet und erlebt werden kann.

Verschiedene Methoden und Materialien helfen Ihnen, das neu Erreichte in Ihrem Alltag umzusetzen.

### DIE 7 MODULE DES ELTERNTRAININGS

- Trennung und Chance
- Konflikte und Lösungen
- Mein Kind und die Trennung
- Eltern bleiben
- Gelingende Kommunikation I Eskalationsstufen
- Gelingende Kommunikation II „Elternteam“
- Blick in die Zukunft



Quellen: Das Training wurde von der Jugend- und Familienberatungsstelle des Landkreises Tübingen entwickelt. Weitere Inhalte des Trainings sind an „Kinder im Blick“/LMU/Familien-Notruf München angelehnt.