

Kinder im Blick

- Umfasst 7 Sitzungen à 3 Stunden.
(max. 8 Teilnehmer/innen)
- Wird in zwei getrennten Gruppen durchgeführt
(Kurs A; Kurs B), so dass die Eltern nicht in der
gleichen Gruppe sind.
- Jede Gruppe hat eine eigene Kursleitung.
- Hilft, neue Lösungen zu finden und unter
Anleitung zu erproben.
- Bietet mit einer Elternmappe die Möglichkeit,
das Gelernte zuhause zu vertiefen.
- Kosten pro Person: CHF 150.-
Bei sehr knappen finanziellen Verhältnissen ist
auch eine Reduktion dieses Beitrags möglich.
Bitte nehmen Sie mit uns Kontakt auf.
- Der Kurs wird von diversen Organisationen
freundlich unterstützt. Detaillierte Infos dazu
finden Sie auf der Website www.kinderimblick.ch.

KiB Kurse finden in verschiedenen Regionen der
Schweiz statt. Siehe www.kinderimblick.ch

Anmeldung und Durchführung:

Sie können sich telefonisch oder mit dem Formular
auf der Website anmelden.

Hier finden Sie die Kursdaten:

www.kinderimblick.ch

Kontakt und Information:

elbe, Fachstelle für Lebensfragen
Hirschmattstrasse 30b
6003 Luzern
Tel. +41 41 210 10 87
info@elbeluzern.ch
www.elbeluzern.ch

e.l.b.e.
Fachstelle für Lebensfragen

Die elbe führt den Kurs in Zusammenarbeit mit
folgenden Institutionen durch:



Ein Kurs für Eltern in Trennung





Was bietet dieser Kurs?

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.

Dieser Kurs 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 im Sinne meines Kindes gestalten?



Die Themen im Überblick

Eltern sein und Eltern bleiben nach der Trennung:
Fallstricke und Chancen

Was braucht mein Kind jetzt?

Kinder fragen – was kann ich 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 diesen Kurs

- Sie lernen Ihr Kind und seine Bedürfnisse besser kennen – und erfahren, wie man darauf eingehen kann.
- Sie bekommen Vorschläge an die Hand, wie Sie besser mit dem anderen Elternteil umgehen können.
- Wichtige, neueste Erkenntnisse der Scheidungsforschung werden Ihnen praxisnah vermittelt.
- Sie haben die Gelegenheit, praktische Tipps zu erproben.
- Sie lernen individuell in kleinen Gruppen.
- Sie lernen andere Eltern in Trennungssituationen kennen.

