

Termine und Anmeldung:

Termine:

jeweils mittwochs 15:00 bis 18:00 Uhr
21.1./ 28.1./4.2./11.2./25.2./4.3./11.3.2026

Ort: AWO-Beratungsstelle

Carl-von-Linde-Str. 40, 85716 Unterschleißheim

Kursleitung:

Christiane Dallmayr

Dipl. Sozialpädagogin, Familientherapeutin

Frank Lang

Dipl. Psychologe, Gestalttherapeut

Jutta Joseph-Wallasch

Dipl. Sozialpädagogin, Familientherapeutin

Kosten:

Aufwandsentschädigung in Höhe von 70 €
(10 € pro Kurseinheit). Darin enthalten sind die
Kursmappe sowie ein Pausensnack.

Bankverbindung:

IBAN: DE75 3702 0500 0001 6985 13

BIC (SWIFT): BFSWDE33XXX

Kontakt und Anmeldung:

AWO-Beratungsstelle für Eltern,
Kinder und Jugendliche
Carl-von-Linde-Str. 40
85716 Unterschleißheim
Tel: 089– 310 66 45



Informationen zum Ablauf:

- Ein Kurs besteht aus 7 Einheiten à 3 Std
- Beide Eltern nehmen an unterschiedlichen Kursen teil.
- In einer Gruppe sind etwa 8 Teilnehmer*innen.
- Eine Elternmappe bietet die Möglichkeit, die Inhalte zuhause zu vertiefen.



„Kinder im Blick“ wurde in der Beratungspraxis mit Trennungsfamilien entwickelt. Es hat seine wissenschaftlichen Grundlagen in der Stress- und Scheidungsforschung.

Kooperationspartner bei der Entwicklung des Kurses waren die Ludwig-Maximilians-Universität München sowie der Familien-Notruf München e.V.

Weitere Informationen:

www.kinderimblick.de



Bezirksverband
Oberbayern e.V.

Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche

Kinder im Blick



Ein Kurs für Eltern in Trennung

Was bietet der 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?
- Wie kann ich gut für mich sorgen und 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: Risiken und Chancen
- Was braucht mein Kind jetzt?
- Wie antworte ich auf die Fragen meines Kindes?
- Wie kann ich trotz Krisensituationen „auftanken“?
- Wie kann ich eine gute 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?
- Herausforderungen beim Übergang zu einer Patchworkfamilie
- Eine neue Lebensperspektive gewinnen - was trägt mich, was ist mir wichtig?



Gute Gründe für diesen Kurs:

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

