



## Die Gruppenleitung

### Helga Hettlich

Ehe-, Familien-, Lebens-  
und Erziehungsberaterin

### Inge Zumsande

Referentin Ehe- und Familienpastoral  
Ehe-, Familien- und Lebensberaterin

Eine Kooperation der Familienpastoral des Bistums  
Osnabrück und des Psychologischen Beratungszentrum  
Georgsmarienhütte

### Trennung meistern



Kinder stärken

## Termine des Elterntrainings

Donnerstag, 02.11.2023

Donnerstag, 09.11.2023

Donnerstag, 16.11.2023

Donnerstag, 23.11.2023

Donnerstag, 30.11.2023

Donnerstag, 07.12.2023

jeweils von

18:00 Uhr – 21:00 Uhr

## Veranstaltungsort

Kath. Landvolkhochschule Oesede

Gartbrink 5

49124 Georgsmarienhütte

## Anmeldung | Information

Psychologisches Beratungszentrum

Georgsmarienhütte

- Helga Hettlich -

Glückaufstr. 2

49124 Georgsmarienhütte

Telefon 05401 5021

E-Mail [gmhueette@efle-bistum-os.de](mailto:gmhueette@efle-bistum-os.de)

# efle

beratung.leben

Ehe-, Familien-, Lebens-  
und Erziehungsberatung

Georgsmarienhütte

## Trennung meistern - Kinder stärken

Ein Gruppentraining für Eltern  
nach Trennung und Scheidung

Kurs 2/2023

Foto: Adobe Stock | Dom-Medien 2022

Bistum  
Osnabrück

## Trennung meistern- Kinder stärken

---

Wenn Eltern sich trennen, ist das für alle Familienmitglieder ein einschneidendes Erlebnis. Für alle Familienmitglieder entsteht nun die Herausforderung, sich einer völlig neuen Situation anpassen zu müssen. Manchmal kommt es hierbei zu teilweise heftigen Auseinandersetzungen und insbesondere bei den Eltern, die früher partnerschaftlich verbunden waren, kochen die Emotionen hoch. Einigungen, vor allem mit Blick auf die Kinder, fallen dann besonders schwer. Bei wem bleiben die Kinder, wie viel Umgang ist gut, wird mein Kind beeinflusst...?

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

## Inhalte des Elterntrainings

---

Sie lernen aus der Achterbahn der Gefühle auszusteigen und besser für sich zu sorgen!

Sie entdecken neue Handlungsmöglichkeiten und Lösungswege zur Erleichterung der Kommunikation!

Gemeinsam nehmen wir die Gefühle und Bedürfnisse Ihrer Kinder in den Blick!

Erziehungstipps helfen Ihnen, die Elternschaft trotz Trennung weiterhin positiv zu gestalten und zu erleben!

### Die 6 Module des Elterntrainings

- » Trennung und Chance
- » Konflikte und Lösungen
- » Mein Kind und die Trennung
- » Eltern bleiben – Teil 1
- » Eltern bleiben – Teil 2
- » Zukunftsmodell „Arbeitssteam“

## Ablauf des Elterntrainings

---

- » Es findet in einer kleinen Gruppe statt
- » Die Elternteile nehmen nicht gemeinsam an der Gruppe teil. Pro Elternpaar kann sich ein Elternteil anmelden.
- » Die Gruppe findet an 6 Abenden von 18 bis 21 Uhr statt
- » Mit Gesprächen und Übungen werden Lösungen für schwierige Situationen gemeinsam erarbeitet
- » Verschiedene Materialien und erarbeitete, neue Lösungswege unterstützen Sie dabei, mit schwierigen Situationen im Alltag umzugehen

## Kosten

---

- » Es entsteht eine Teilnahmegebühr von 60 Euro\*

\* Falls es Ihnen nicht möglich ist, den gesamten Beitrag zu zahlen, Sie aber teilnehmen möchten, wenden Sie sich bitte an uns - wir finden eine Lösung.

