

Gefördert durch

Bayerisches Staatsministerium für  
Familie, Arbeit und Soziales



VORTRÄGE - GRUPPEN - WORKSHOPS

DAS INFORMATIONS- UND  
WEITERBILDUNGSANGEBOT DER  
BERATUNGSSTELLE FÜR FAMILIEN-  
KINDER, JUGENDLICHE & ELTERN-



CARITASVERBAND HASSBERGE





# INHALTSVERZEICHNIS

Das Team.....05

**Angebote für:**

Eltern.....06

Multiplikatoren/Fachkräfte.....12

Kinder.....14



**Adina Krause**

Psychologin

Systemische Familientherapeutin



**Christian Brauner**

Sozialpädagoge

Stellvertretende Leitung

Systemischer Berater

Insofern erfahrene Kinderschutzfachkraft (ISEF)



**Steffi Matern**

Sozialpädagogin

Systemische Familientherapeutin



**Monika Fuchs**

Sozialarbeiterin

Systemische Therapeutin



**Susanne Stock**

Psychologin

Systemische Familientherapeutin



**Karin Bergmann,**

Verwaltungsangestellte

# ANGEBOTE

## für Eltern



Vortrag

### „Aus zwei werden drei – und nun?“ Wenn Paare Eltern werden

Viele Paare freuen sich darauf, Eltern zu werden. Mit der Geburt kommt das Kind gleich wie ein „Überraschungs-Ei“ zur Welt und bringt ein Bündel an Bedürfnissen mit, die man vorher gar nicht so genau abschätzen kann. Von einem auf den anderen Tag steht das Leben Kopf, verändert sich der Alltag und das Kind steht im Mittelpunkt.

Paare werden zu Eltern, die Frau zur Mama, der Mann zum Papa. Durch die Elternschaft werden beide vor neue Herausforderungen gestellt, vieles ist neu zu verhandeln und abzustimmen.

Gleichzeitig ist es wichtig, sich als Mann und Frau nicht aus den Augen zu verlieren und auch die eigenen Bedürfnisse im Blick zu behalten. Der Vortrag möchte einstimmen auf die Elternschaft und Impulse geben, wie Paare in Verbindung bleiben und gemeinsam ihrer neuen Elternrolle gerecht werden können.

- Zielgruppe: (werdende) junge Eltern
- Referentin: Monika Fuchs, Sozialpädagogin, Familienberaterin



- Zielgruppe: Elternteile, die sich trennen wollen oder sich getrennt haben
- Referentin: Adina Krause, Psychologin, Familienberaterin

### Trennung & Scheidung aus Sicht des Kindes Wie behalten Sie die Bedürfnisse ihres Kindes trotz Trennung im Blick? Was braucht es jetzt in besonderer Weise?

Wir wollen wichtige Fragen aufwerfen und erste Empfehlungen geben ...  
... wie Sie als getrennter Elternteil, die Bedürfnisse Ihres Kindes im Blick behalten können,  
... wie Sie es Ihrem Kind gestatten können, in Beziehung zum anderen Elternteil zu bleiben,  
... und wie Sie es schaffen können, mit diesem ein Eltern-Arbeitssteam zu werden, so dass Ihr Kind unbelastet aus Ihrer Trennung hervorgeht – denn Ihr Kind liebt Sie beide weiter!

*Sollte Sie dieses Thema betreffen und Sie wissen bereits, dass Ihre momentan unbefriedigende Kooperation mit dem anderen Elternteil eine Belastung für Ihr Kind darstellt, empfehlen wir auch unseren Elternkurs „Impulse für die Zeit nach der Trennung“!*

Vortrag

# ANGEBOTE

## für Eltern

Vertrag



### Über erzieherisches Handeln miteinander reden: How to come together? How to become a team? Let's talk about family!

Im Elternteam lernen wir den Partner/die Partnerin u.U. noch einmal neu kennen: Jede/r erzieht anders. Vieles kann man getrost so passieren lassen, auch wenn es sich vom eigenen Stil unterscheidet. Manches ginge, wenn er/sie alleinerziehend wäre, aber im Elternteam führt das zu Spannungen – und für die betroffenen Kinder bedeutet es Unsicherheit, Loyalitätskonflikte und eine vermeidbare Belastung.

Wir können die Belastung unserer Kinder wieder verringern, wenn wir es schaffen, über Erziehung miteinander ins Gespräch zu kommen:

- Welche Erziehungsstile gibt es? Wo stehen Sie persönlich?
- Welche Werte sind Ihnen wichtig? Welche Ziele wollen Sie bei der Erziehung für Ihre Kinder erreichen? Passen Ihre Ziele und Ihre Handlungen zusammen?
- Wie kommen Sie als Team zusammen? Wer übernimmt welche Rollen? Woher weiß der andere, was er/sie von ihm/ihr erwarten?
- Und natürlich: Sind die Lasten gerecht verteilt?
- Wie verständigen Sie sich in guter Weise über Ihre Rollen und Positionen – vor allem dann, wenn sie unterschiedlich sind?

- Zielgruppe: erfahrene & unerfahrene Eltern mit Kindern aller Altersklassen
- Referent\*innen: Ruth Kimmich, Pädagogin/Familienberaterin und Christian Brauner, Sozialpädagoge, Familienberater

### Kommunikation mit Kindern, Aggressionsmanagement für Eltern: How to keep cool? How to be cooler?

Gebrüll, Handgreiflichkeiten auf Seiten der Kinder und/oder Eltern. Situationen, die sich hinterher nicht gut anfühlen – jeder kennt das! Aggression und Wut gehört zum Leben. Einerseits bringt uns das weiter, andererseits führt das manchmal zu Problemen. Wir „kühlen“ Sie runter und wir helfen Ihnen dabei, gelassen zu bleiben, wenn Sie Ihren Kindern bei genau derselben Aufgabe helfen müssen.

#### Inhaltliche Schwerpunkte:

- Entstehungshintergründe für Aggression und Gewalt
- Vorbeugende Rahmenbedingungen
- Möglichkeiten einer konstruktiven Aggressionskultur
- Techniken als Hilfestellung in Grenzsituationen

- Zielgruppe: erfahrene & unerfahrene Eltern mit Kindern aller Altersklassen
- Referent\*innen: Berater\*innen der Familienberatungsstelle

Vertrag

# ANGEBOTE

## für Eltern



Vortrag

### Müde und gestresste Eltern – Das Baby schreit, wenn es schlafen soll - Infos zu Entwicklungsschritten und Regulationshilfen

Warum schreit mein Kind ständig? Was mache ich falsch? Wie kann ich es beruhigen? Warum schläft es nicht?

Diese Fragen können Eltern mit Babys ganz schön quälen. Dabei machen nicht immer die Eltern etwas falsch, auch die individuelle Entwicklung des Kindes spielt eine große Rolle. Zudem entwickelt sich das Kind ständig weiter, was veränderte Bedürfnisse mit sich bringt.

Eltern sind nicht unendlich belastbar! Wir ermutigen Sie auch, das schreiende Baby lieber einmal sicher abzulegen und eine kurze Zeitspanne allein zu lassen, damit Sie Selbstfürsorge betreiben können. Niemandem ist gedient, wenn Sie die Beherrschung verlieren – im Extremfall ist dies sogar für Ihr Kind äußerst gefährlich (Schütteltrauma!).

Dieser Vortrag soll einen Einblick über wichtige Entwicklungsschritte mit dem Fokus Schreien und Schlafen bei Säuglingen und Kleinkindern geben und die Beziehungsdynamik zwischen Eltern und Kind beleuchten. Mögliche Herausforderungen und Hilfen zur Regulation des Kindes werden thematisiert.

- Zielgruppe: Eltern mit Kleinkindern, die abends schwer zur Ruhe kommen
- Referent\*innen: Berater\*innen der Familienberatungsstelle

### **Unser Kind verwandelt sich: Wir haben jetzt ein Pubertier!**

In der Zeit der Pubertät stehen für alle Familienmitglieder Veränderungen an. Die „süßen Kleinen“ sind auf einmal aufmüpfig und frech und interessieren sich vielmehr für Freunde und eigene Hobbys als für einen gemütlichen Abend oder einen Ausflug mit der Familie.

Es scheint so, als ob der Einfluss der Eltern schwindet und sich damit auch die Elternkind-Beziehung verändert. Das kann häufig mit einem Gefühl der Machtlosigkeit, aber auch mit Verunsicherung und Trauer einhergehen. Die Beziehung zu Jugendlichen gestaltet sich anders als die zu einem Kind. Das bedeutet auch, dass sich das Elternsein verändert und auch Eltern sich verändern müssen, um der Situation gewachsen zu sein.

Im Vortrag werden die unterschiedlichen Entwicklungsaufgaben und körperlichen Veränderungen, die Jugendliche durchlaufen, vorgestellt. Es werden Ideen und Impulse entwickelt und gesammelt, wie Eltern diese Zeit gut meistern können, um für ihre Kinder ein sicherer Hafen im Hintergrund zu sein.

- Zielgruppe: Eltern mit Kindern, die Erwachsene werden
- Referentin: Adina Krause, Psychologin, Familienberaterin

Vortrag

# ANGEBOTE

## für Eltern

Vortrag

### **Unser Kind wird Schulkind – Verantwortung abgeben können an mein Kind und seinen Lehrer\*innen und Kooperation mit den Lehrer\*innen gestalten**

Die Schule ist Mittel zum Zweck einer gelingenden Entwicklung. Was bedeutet das konkret für Ihr Kind?

Das Thema Schule zieht in jede Familie ein, denn in Deutschland herrscht Schulpflicht. Die Entscheidung für oder gegen eine Einschulung oder eine Zurückstellung ihres Kindes machen sich Eltern nicht leicht.

Bei Sommer- und Herbstkindern haben die Eltern die Möglichkeit, Anträge auf frühere Einschulung oder Zurückstellung zu stellen. Erzieher\*Innen aus den Kitas können nur Empfehlungen aussprechen, aber letztlich stehen die Eltern vor der Aufgabe, vorherzusagen, was ihr Kind glücklich macht und sollen demzufolge zum Wohle des Kindes entscheiden.

Ob Ihr Kind schulfähig ist oder nicht, ist nicht an einem definierten Kriterienkatalog festgemacht, sondern eine Mischung aus körperlichen, geistigen und sozialen Fähigkeiten. Das ein Kind mit fünf Jahren lesen kann ist prima, aber es sagt nichts darüber aus, ob es bereit für die Schule ist. Für einen guten Schulstart - egal in welchem Alter – ist es z.B. genauso wichtig, dass Ihr Kind sozial und emotional stabil ist, beim Spielen auch mal verlieren kann und sich über einen längeren Zeitraum konzentrieren kann.

Im Vortrag möchten wir Ihnen einige weitere Blickwinkel auf Ihr Kind an die Hand geben, mit deren Hilfe Sie neben der Bewertung der kognitiven Leistungsfähigkeit auch andere Kompetenzen oder eben auch noch nötige Entwicklungsaufgaben Ihres Kindes betrachten können. Wir möchten Sie so befähigen, zu einer fundierteren und ganzheitlicheren Abwägung und auch Prognose zu kommen, was die Vor- und Nachteile eines früheren oder späteren Schuleintritts für Ihr Kindes sein könnten. Die Antwort ist bei aller differenzierten Betrachtung immer auch spekulativ, denn Kinder entwickeln sich oft überraschend und wir können eben nicht sicher in die Zukunft sehen. Deshalb wollen wir Sie im Vortrag auch entlasten. Oft gibt es mehrere „Richtig“!



- Zielgruppe: Eltern mit Kindern, die in die Schule kommen
- Referentin: Steffi Matern, Sozialpädagogin, Familienberaterin

# ANGEBOTE

## für Eltern



Vertrag

### Stärken stärken und Ressourcen fördern! ...vom/von der Fehlerfahnder/in zum/r Schatzsucher/in

In unserem trubeligen und stressigen Lebensalltag stehen Familien mit ihren Kindern oft vor großen Herausforderungen. Kleine oder größere Probleme müssen gemeistert werden.

Leider nehmen wir dabei oft nur das wahr, was nicht gut gelingt. Demzufolge wollen wir uns auf einen Perspektivwechsel einlassen. Nicht die Probleme mit den Kindern stehen im Fokus, sondern die Stärken und Fähigkeiten jedes einzelnen sollen ausfindig gemacht, aufgedeckt und genutzt werden.

Gemeinsame Ideen sollen aufzeigen, wie es gelingen kann, Kinder kooperativ und bedürfnisorientiert zu verstehen und zu begleiten.

- Zielgruppe: erfahrene & unerfahrene Eltern mit Kindern aller Altersklassen
- Referentin: Susanne Stock, Psychologin, Familienberaterin

### Hin- und Hergerissen Trennung und Scheidung aus Sicht der Kinder

Wenn Eltern sich trennen, ist das ein großer Einschnitt - für die Paare und vor allem auch für ihre Kinder.

Im Vortrag möchten wir auf die Perspektive des Kindes eingehen. Wie geht es den Kindern in Zeiten der Trennung und auch danach? Und was brauchen sie von den Eltern, um mit dieser Veränderung umgehen zu lernen.

- Zielgruppe: Eltern mit Kindern, die Erwachsen werden
- Referentin: Adina Krause, Psychologin, Familienberaterin

Online-Vertrag

### Eltern von Kindern mit ADHS

Unser Kind ist anders als andere Kinder. Es hat eine Aufmerksamkeits-Defizit- Hyperaktivitätsstörung... und nun? Die Begleitung von Kindern mit ADHS ist eine sehr große Herausforderung für Eltern und braucht viel Zeit und Energie.

**In dem regelmäßigen Elterntreff geht es darum, wie man sich als Eltern fühlt. Zu sehen, dass man nicht alleine steht, kann bereits eine heilsame Erfahrung sein.**

Gruppe

- Zielgruppe: Eltern von Kindern mit ADHS-Diagnose
- Referentin: Stefanie Trieb, Sonderpädagogin und Mutter von 2 Kindern mit ADHS

# ANGEBOTE

## für Eltern

Gruppe

### Kess - kooperativ - ermutigend - sozial - situationsorientiert: Wie Sie souverän, bedürfnis- und ressourcenorientiert Eltern sein können

Die verschiedenen Elternkurse von Kess-erziehen setzen bei den Erfahrungen der Väter und Mütter an. Sie nutzen die Ressourcen aus den konkreten Erziehungssituationen der teilnehmenden Eltern, um deren Erziehungs- und Handlungskompetenz zu fördern. Dabei geht nicht um Patentrezepte, die immer und überall gültig sind, sondern um eine achtsame und respektvolle Haltung und um einen konsequenten Umgang miteinander.

Die einzelnen Kurse sind klar strukturiert: Impulsvorträge erläutern wichtige Inhalte. Übungen ermöglichen Vätern und Müttern, ihren Erziehungsstil weiterzuentwickeln. Konkrete Anregungen für zu Hause helfen, neu gewonnene Handlungsalternativen direkt in die Erziehungspraxis umzusetzen. Der Erfahrungsaustausch mit anderen Eltern regt an, sich über den Kurs hinaus gegenseitig zu unterstützen.

**Weitere Infos** auch hier: <https://www.familienbund-wuerzburg.de/eltern/kess-erziehen/>



- Zielgruppe: Eltern mit Kindern der Altersklassen 3-12
- Eltern deren Kinder pubertieren („**Abenteuer Pubertät**“)
- Ansprechpartnerinnen: Steffi Matern, Sozialpädagogin, Familienberaterin, Adina Krause, Psychologin, Familienberaterin



- Zielgruppe: Elternteile, die sich getrennt haben
- Referent\*innen: Berater\*innen der Familienberatungsstelle
- Kosten: 80 €

### Kinder im Blick (KIB)

KIB ist ein wissenschaftlich evaluiertes Training, zu dem wir zertifizierte Trainerscheine besitzen.

In 7 Modulen können Eltern/-teile der Frage nachgehen, wie sie als getrennter Elternteil die Bedürfnisse der Kinder trotz Trennung und hohem Stresspegel weiterhin im Blick behalten können! Wir gehen den Fragen nach, wie Sie Ihrem Kind gestatten können, in Beziehung zum anderen Elternteil zu bleiben und, wie Sie es schaffen können, mit diesem ein "Eltern-Arbeitsteam" zu werden.

Die 7 Module werden auf 3 Seminartage verteilt mit zeitlichem Abstand zwischendurch, um ins Üben zu kommen.

Der Kurs findet für die Elternteile getrennt voneinander statt.

Gruppe

# ANGEBOTE

## für Multiplikatoren & Fachkräfte

Vortrag

### Sexualpädagogik und Prävention sexualisierter Gewalt

#### Sexualpädagogik:

Je früher, je besser. Kinder entwickeln von Anfang an eine psycho-sexuelle Identität und machen so – ganzheitlich betrachtet und nicht im engen Fokus einer Sexualität von Erwachsenen – sexuelle Erfahrungen, die wir pädagogisch begleiten können. Wir helfen Kindern so, sich selbst, ihren Körper, ihre Gefühle, also eben ihre psychosexuelle Identität, zu entdecken und zu entfalten.

Was fühlt sich gut an, was nicht? Wo darf ich nein sagen?

Welche Wörter habe ich für diese Erfahrungen, die ich als Kind mache? Wenn die Kinder etwas älter sind dann auch: Wie unterscheidet sich das, was ich als Kind an körperlicher Nähe mag, von dem, was Erwachsene praktizieren? Wie benenne ich das?

Kinder können sehr wohl früh verstehen, sehr früh mit Begriffen für Geschlechtsteile und Erwachsenensexualität umgehen, ohne dass darunter ihre psycho-sexuelle Entwicklung leidet! Das Gegenteil ist der Fall!

#### Präventionspädagogik!

Haben Kinder Begriffe, also eine Sprache für Geschlechtsorgane oder auch für erwachsene Sexualität, können sie sexualisierte Gewalt gegen sich auch durch Sprache vermitteln und sich Hilfe holen.

Gibt man Ihnen Begriffe für die Sexualität von Erwachsenen auf der einen Seite und für sexualisierte Gewalt auf der anderen Seite, werden sie dazu befähigt, sich im Fall eines Übergriffs Hilfe zu holen. Kinder sind sehr früh in der Lage, den Unterschied von einvernehmlicher Nähe, Berührung oder Sexualität von sexualisierter Gewalt zu unterscheiden.

Aber auch Täterstrategien, und hier vor allem das Thema „schlechte Geheimnisse“, verstehen Kinder schon früh. Es gehört mit auf die Themenliste, wenn man durch Präventionspädagogik gegen sexualisierte Gewalt Kinder vor dieser Gewalt durch ermächtigendes Wissen schützen will.

#### Und wenn es doch passiert: professionelle erste Hilfe im Verdachtsfall von sexualisierter Gewalt

Sexueller Missbrauch oder sexualisierte Gewalt ist ein Angriff auf das Wohlergehen unserer Kinder, der schwer auszuhalten ist, und das wir deshalb gern verdrängen wollen. Die Möglichkeit, dass dies einem uns anvertrauten Kind passiert, gibt uns oft ein Gefühl der Ohnmacht und der Hilflosigkeit.



- Zielgruppe: Fachkräfte in Kindertagesstätten, Schulen und anderen pädagogischen Bereichen / interessierte Eltern
- Referent: Christian Brauner, Sozialpädagoge/Familienberater

# ANGEBOTE

## für Multiplikatoren & Fachkräfte

Vortrag

### Sexualpädagogik und Prävention sexualisierter Gewalt

Sobald wir jedoch bereit sind, uns mit der Thematik zu beschäftigen, verschwindet dieses Gefühl sehr schnell, und weicht der Gewissheit und dem Wissen, dass wir Kinder ermächtigen können, sexualisierte Gewalt zuerkennen und sich Hilfe zu holen.

Und das kann jede/r. Wir machen Sie stark und wir zeigen im Workshop, wie Sie Kinder stärken gegen sexualisierte Gewalt!

Sobald wir das Thema nicht mehr verdrängen, können wir uns auch damit beschäftigen, was zu tun ist, wenn es doch passiert ist. Auch dann gibt es einfache Handlungsleitlinien, die uns helfen betroffene Kinder schnell wieder Sicherheit und Schutz zu organisieren. Wir machen Sie zu professionellen Ersthelfer/innen bei sexualisierter Gewalt! So erklären wir z.B., dass es im übertragenen Sinn wichtiger ist, erstmal die „Feuerwehr“, also z.B. das Jugendamt zu rufen, damit „das Feuer gelöscht“ bzw. Kinderschutz sehr schnell wieder garantiert wird – und erst in einem wohl überlegten zweiten Schritt die Polizei zu verständigen. Die kann nämlich aufgrund ihres Ermittlungsauftrages zunächst einmal auch eher „hinderlich“ sein, wenn es darum geht, ein Kind schnell und unmittelbar zu schützen und aus dem Einflussbereich des Täters heraus zu bringen!

Wir zeigen auch, welche zahlreichen Anlaufstellen es gibt, die Sie als professionelle\*n Ersthelfer\*in ablösen und im Falle von sexualisierter Gewalt mit ihnen zusammen dafür sorgen, dass das betroffene Kind wieder sicher ist.

So werden Sie befähigt hinzuschauen, behutsam und klar nachzufragen und das Erzählte auszuhalten, wenn es doch passiert. Kinder erhalten einen verlässlichen Ansprechpartner, den sie in einer solchen Situation brauchen, wenn sie sich Ihnen anvertrauen wollen.

Wir gehen mit Ihnen gemeinsam gegen sexualisierte Gewalt vor und setzen uns für den Schutz unserer Kinder ein! Wir schauen hin und lassen keine sexualisierte Gewalt zu!

- Zielgruppe: Fachkräfte in Kindertagesstätten, Schulen und anderen pädagogischen Bereichen / interessierte Eltern
- Referent: Christian Brauner, Sozialpädagoge/Familienberater

# ANGEBOTE

## für Kinder

Gruppe

### Soziale Kompetenzen: Mutig wie Til Tiger

Training für sozial unsichere und ängstliche Kinder zwischen ca. 5 und 8 Jahren

Mithilfe des kleinen Til Tiger, der auch mutig werden möchte, üben die Kinder Verhaltensweisen ein, die sie bisher nicht gezeigt haben. Sie lernen laut und deutlich zu sprechen, Blickkontakt aufzunehmen und z. B. jemanden einzuladen oder sich mit Worten zu wehren.

In 8 Gruppentreffen werden mit den Kindern viele spielerische Übungen gemacht, die ihnen zeigen sollen, was sie alles können. Im Alltag wird dieses Verhalten weiter geübt. In einem begleitenden Elternabend bekommen Eltern Informationen und Hinweise an die Hand, wie sie ihre Kinder zu Hause unterstützen können.

- Zielgruppe: Kinder, die sozial schüchtern sind im Alter von 5 – 8 (Vorschulalter und 1. – 2. Klasse)
- Ansprechpartner\*innen:
- Christian Brauner, Sozialpädagoge, Familienberater, Adina Krause, Psychologin, Familienberaterin

### Soziale Kompetenzen: Danger Dinos

Wenn der aufbrausende Danger Dino und die freche Ronja Räubertochter zur Höchstform auflaufen, ist einiges geboten. Konflikte, Unmut und Ärger können die Folge sein.

In dieser Gruppe sollen Kinder mit Defiziten in den Bereichen der sozialen Kompetenz und Selbstwert lernen, wie sie ihre Impulsivität besser steuern können und so weniger in aggressive Auseinandersetzungen mit anderen geraten.

Der Fokus liegt darauf, ihre Stärken zu erkennen und diese angemessen für sich zu nutzen.

- Zielgruppe: Kinder mit impulsivem Verhalten und starken Emotionen
- Ansprechpartner\*innen: Berater\*innen der Familienberatungsstelle

Die Kinder werden darin unterstützt, wie sie gut mit anderen in Kontakt kommen können, Konflikte lösen und sich an soziale Regeln halten. Sie werden angeregt, ihre Meinung zu äußern und ihren eigenen Fähigkeiten zu vertrauen.

Darüber hinaus können die Kinder über ihre Probleme in der Schule und ihrem Umfeld sprechen. Lösungen werden sachlich angesprochen, aber auch spielerisch eingeübt.

Begleitende Elterngespräche als maßgeblicher hilfreicher Faktor sind Voraussetzung für die Teilnahme Ihrer Kinder an diesem Angebot.

**7 Einheiten / Begleitende Elternarbeit**

Gruppe

# ANGEBOTE

## für Kinder

Gruppe

### Soziale Kompetenzen:

**Die Kompetenzen der anderen!  
Wie kann der/die Wilde auch mal ruhig sein und sich zurückhalten? Wie kann der/die Stille auch mal aus sich herauskommen?**

Was bei dem/der einen nervt, wünscht sich der/die andere!  
Die Schwäche des/der einen ist die Stärke, die ein/e andere/r gern entwickeln würde:

Ist jemand oft aggressiv und unbeherrscht, wünschte er/sie sich vielleicht oft, weniger impulsiv zu sein, weil das ständig Ärger verursacht – und Freunde bekommt man dadurch auch nicht. Aber genau das, dieses aus sich herauskommen Können, ist das was der/die Stille, der/die sich also sehr gut schon selbst regulieren kann, lernen möchte.

*So betrachtet, gibt es viel voneinander zu lernen. Genau das machen wir in dieser Gruppe!*

Ziel ist das eher laute Personen auch lernen, sich zurückhalten zu können, Zurückhaltende sollen lernen, sich besser selbst einbringen und behaupten zu können, in dem sie üben, auch aus sich heraus zu gehen.

**8 Einheiten / Vorherige Eignungsgespräche zusammen mit den Eltern sind notwendig.**

- Zielgruppe: Jugendliche im Alter von 11 – 14
- Ansprechpartnerinnen:
  - Susanne Stock, Psychologin, Familienberaterin und
  - Christian Brauner, Sozialpädagoge, Familienberater

Gruppe

### Resilienzen fördern: „Gefühlswelten“ – eine Kooperation mit der Caritas-Frühförderstelle

Ziel ist, die Kinder seelisch, emotional und sozial zu stärken und ihnen Strategien mit an die Hand zu geben, wie sie mit belasteten Situationen umgehen können.

Inhalte u.a.:

- Kennenlernen/Einführung/Rituale: Vorstellung der eig. Person, Einführung, Symbole, Gefühllempel gestalten, Schatzkiste packen
- Wie sieht deine Familie aus? Familiensteckbrief, Rollenspiel mit Handpuppen und Puppenhaus
- Emotionen „Wann geht es dir gut?“ (u.v.m)

**8 Einheiten / Begleitende Elternarbeit**

- Zielgruppe: Kinder im Alter von 5 – 6, deren Eltern starken Belastungen (z.B. einer psychischen Erkrankung eines Elternteils) ausgesetzt sind
- Ansprechpartnerinnen:
  - Susanne Stock, Psychologin, Familienberaterin und Steffi Matern, Sozialpädagogin, Familienberaterin

# ANGEBOTE

## für Kinder

### **Resilienzen fördern: „Hin und her gerissen“ – eine Gruppe für Kinder, die von Trennung der Eltern betroffen sind**

Die Eltern von Lisa und Paul haben sich getrennt...

Seit kurzem werden Pauls Noten schlechter, er streitet sich öfter mit seinen Freunden. Manchmal hat er gar keine Lust mehr, sich zum Spielen zu verabreden. In der letzten Woche tat ihm schon vor der Schule der Bauch weh und er konnte nur schlecht einschlafen.

Auch Lisa ist ein wenig anders geworden. Im Kindergarten ist sie aufgedrehter als sonst, und sie ist häufiger in Auseinandersetzungen verwickelt. Zuhause wirkt sie jedoch eher lustlos und traurig.

Obwohl sich ihre Eltern nicht mehr so gut verstehen, machen sie sich große Sorgen um Lisa und Paul...

Vielen Kindern geht es wie Lisa und Paul.

In der Gruppe lernen sie andere kennen, die gleiche oder ähnliche Erfahrungen gemacht haben.

Manche Kinder sind seit der Trennung ihrer Eltern zurückgezogener, aggressiver oder haben anderen Kummer.

Im Gruppenprozess werden gemeinsame Erlebnisse, die eigene Rolle und Gefühle angesprochen. Durch spezielle Übungen werden die Kinder in ihren Erfahrungen begleitet. Zudem bewirkt die Förderung eigener Stärken und Ressourcen ein besseres Verständnis in der Auseinandersetzung mit der veränderten Familiensituation.

**5 Einheiten / Begleitende Elternarbeit**

- Zielgruppe: Kinder/ Jugendliche jeden Alters, deren Eltern sich getrennt haben oder trennen wollen (wir setzen die Gruppe altersgerecht zusammen)
- Ansprechpartnerinnen:
- Adina Krause Psychologin, Familienberaterin

Gruppe

Gruppe

# ANGEBOTE

## für Kinder

### **Ermächtigung: Mädchenpower! – Selbstbehauptung für junge Frauen (WenDo)**

Mädchenpower gibt es im Landkreis Haßberge im Auftrag der interdisziplinären Berufsgruppe gegen sexualisierte Gewalt. Die Familienberatungsstelle fungiert zusammen mit der Dekanatsstelle für die Evangelische Jugendarbeit als Koordinierungsstelle.

Durchführungspartnerinnen sind die Trainerinnen des Netzwerkes „WenDo in Unterfranken“, die seit 2021 die Kurse von der langjährigen Mädchenpower-Gründerin und –Trainerin Marija Milana übernommen haben.

Gemeinsam mit den Trainer\*innen werden die Teilnehmerinnen in einem 2-Tages-Kurs:

- die eigene Kraft kennenlernen
- ihre Selbstsicherheit und ihr Selbstwertgefühl stärken
- selbstbewusstes Auftreten üben
- Selbstverteidigung in gefährlichen Situationen trainieren
- echte Mädchenpower erleben und dabei Spaß haben!



Durchführung: Netzwerk „WenDo in Unterfranken:  
Für Mädchen und Frauen – Training zu Selbstbehauptung und Selbstbewusstsein“  
(<https://wendo-unterfranken.de/>)

- Zielgruppe: Mädchen im Alter von 10-12 Jahren
- Organisatorischer Ansprechpartner: Christian Brauner, Sozialpädagoge, Familienberater