

# Das Leitungsteam



## Sandra Sülzle-Obire

Heilpraktikerin für Psychotherapie  
Systemische Familientherapeutin

## Franz-Josef Innerhofer

Diplom-Psychologe  
Master Mediation

## Susanne Hellener-Martin

Sozialpädagogin (B.A.)  
Systemische Familientherapeutin

## David Heine

Diplom-Pädagoge  
Systemischer Familientherapeut

# Elterntraining



## INFORMATION UND VORANMELDUNG

Anmeldeschluss ist der 30. September 2022

Psychologische Beratungsstelle des  
Landkreises Ludwigsburg  
Hindenburgstr. 40  
71638 Ludwigsburg  
Telefon 07141 144-2529  
[psychologische.beratung@landkreis-ludwigsburg.de](mailto:psychologische.beratung@landkreis-ludwigsburg.de)

Psychologische Familien- und  
Lebensberatung der Caritas  
Parkstraße 34  
71642 Ludwigsburg  
Telefon 07141 2520730  
[pfl-lb@caritas-ludwigsburg-waiblingen-enz.de](mailto:pfl-lb@caritas-ludwigsburg-waiblingen-enz.de)



LANDKREIS  
LUDWIGSBURG

Online

# Trennung meistern - Kinder stärken

Ein Gruppentraining für Eltern  
nach Trennung und Scheidung

Online

## Trennung meistern - Kinder stärken

Eine Trennung oder Scheidung ist für alle, für Eltern und 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. Einigungen fallen schwer und Hilfe wird in Beratungsstellen, beim Jugendamt, bei Rechtsanwälten und Richtern gesucht. Bei wem bleiben die Kinder, wie viel Umgang ist gut, ist die Erziehung noch gewährleistet, 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 Situation bewältigen und neue Lösungen finden können.

## Inhalte des Elterntrainings

Trennungssituationen sind sehr stressreich für alle Beteiligten und wollen verarbeitet werden.. Wir unterstützen Sie dabei, aus der Achterbahn der Gefühle auszusteigen, **gut für sich zu sorgen** und zu entspannen.

Durch das Betrachten des eigenen Verhaltens in Konflikten entdecken Sie neue Handlungsmöglichkeiten und können diese in einem geschützten Rahmen ausprobieren. Wir suchen nach neuen **Lösungswegen zur Erleichterung der Kommunikation**.

Wie Kinder sich nach einer Trennung verhalten, welche Bedürfnisse sie haben und wie man mit schwierigen Gefühlen der Kinder umgehen kann, sind Themen, die wir besprechen, wenn wir die **Kinder in den Blick** nehmen. Erziehungstipps helfen Ihnen, die Elternschaft trotz Trennung weiterhin gut zu gestalten und zu erleben.

Wir haben uns entschieden die Trainings online anzubieten. Erstmals finden zwei Kurse parallel statt, was beiden Eltern ermöglicht die Kurse parallel zu durchlaufen. Die Eltern können also jeweils einzeln am Vormittag oder am Nachmittag teilnehmen.

### Veranstaltungsort:

Online: Die Zugangslinks werden im Vorfeld zugesandt.

## Ablauf des Elterntrainings

Die Gruppen finden statt ab 06.10..2022 jeweils **donnerstags** von

**9.00 Uhr bis 12.00 Uhr** (Elternteil A) und

**15.00 Uhr bis 18.00 Uhr** (Elternteil B)

**Bitte geben Sie bei Anmeldung an, ob Sie vormittags, oder nachmittags teilnehmen wollen oder ob Sie diesbezüglich flexibel sind.**

### Die 6 Module des Elterntrainings:

- 06.10.2022 Trennung und Chance
- 13.10.2022 Konflikte und Lösungen
- 20.10.2022 Mein Kind und die Trennung
- 10.11.2022 Eltern bleiben—Teil 1
- 17.11.2022 Eltern bleiben—Teil 2
- 24.11.2022 Zukunftsmodell „Arbeitsteam“
- Es kann nur ein Elternteil an der jeweiligen Gruppe teilnehmen. Ein Elternteil kann am Vormittag, ein Elternteil am Nachmittag teilnehmen.
- Lösungen für schwierige Situationen werden gemeinsam erarbeitet
- verschiedene Materialien und ein zu füllender „Werkzeugkoffer“ unterstützen Sie dabei, die erarbeiteten Inhalte im Alltag umzusetzen
- die Kursteilnahme ist **kostenfrei**

**Anmeldeschluss ist der 30. September 2022**