

Kinder
Jugendliche
Erwachsene
Paare & Familien



VORTRAGS- UND GRUPPENANGEBOTE

Beratungszentrum
Mitte



VORTRAGSANGEBOTE

ELTERN, KINDER UND JUGENDLICHE

Vorträge und Gesprächsangebote

1. Wenn junge Kinder beißen, kratzen und schubsen4
2. Regeln, Grenzen, Konsequenzen – aber wie?5
3. Kinder entdecken ihre Körper – Körperwahrnehmung und körperliche Neugier kleiner Kinder6
4. Zwischen Neugier und Grenzverletzung: Doktorspiele oder sexuelle Übergriffe unter Kindern?6
5. Pubertät – oder die Kunst einen Kaktus zu umarmen7
6. Kinder im Blick behalten – kindliches Erleben von Trennung und Scheidung8
7. Angst ist eine Farbe unseres Lebens – Umgang mit Ängsten bei Kindern9
8. Kinderschutz in Kindertagsstätten9
9. Geschwisterliebe – Geschwisterkampf10

Gruppen / Gesprächskreise

10. Elternkurs: Kess erziehen11
11. Gruppe für Kinder von getrenntlebenden Eltern12
12. Sozialkompetenzgruppe13

EHE-, PAAR- UND LEBENSBERATUNG

Vorträge und Gesprächsangebote

1. Paarkommunikation14
2. „Kann man gut miteinander streiten?“15
3. Lebenskrisen – Lebenschancen16

Gruppen / Gesprächskreise

4. Geleiteter Gesprächskreis für Paare.....17
5. Tod, Trauer, Abschiede – Geleiteter Gesprächskreis18

Liebe Leserin, lieber Leser!

Vor Ihnen liegen unsere aktuellen Vortrags- und Gruppenangebote zu unterschiedlichen Themenbereichen und Fragestellungen, die uns in unserer Arbeit im Beratungszentrum begegnen und von denen wir denken, dass sie Sie oder Ihre Zielgruppe interessieren.

Alle Angebote sind von unserer langjährigen Erfahrung in der Beratung für Eltern, Kinder und Jugendliche, der Ehe-, Paar- und Lebensberatung sowie der Männerberatung bei häuslicher Gewalt geprägt. Sie vermitteln daher nicht nur theoretisches Wissen, sondern auch immer praktische Anregungen für das alltägliche Leben – sei es im Umgang mit Kindern, dem Partner/ der Partnerin oder im Umgang mit der eigenen Person.

Da das Beratungszentrum Mitte über öffentliche Mittel finanziert wird, sind alle Angebote i.d.R. kostenfrei und können von interessierten Einrichtungen angefragt werden.



Wir freuen uns auf Ihren Anruf!
Unsere Kontaktdaten finden Sie auf der Rückseite.

Lilya Ramme-Traczyk
Leiterin Beratungszentrum- Mitte

Eltern, Kinder und Jugendliche



Brain Jackson - AdobeStock.com

1.

Wenn junge Kinder beißen, kratzen und schubsen

Wenn Kinder bis zu drei Jahren ein Problem noch nicht in Worte fassen können, oder sich unverstanden fühlen, tendieren sie zu körperlichen Ausdrucksformen wie beißen, kratzen oder schubsen. Diese Form der 'aggressiven' Reaktion als wichtiger Entwicklungsschritt und Gefühlsausdruck ist Thema dieses Vortrags.

- ▶ *Zielgruppe: Eltern mit Kindern unter 3 Jahren sowie pädagogische Fachkräfte.*

4

2.

Regeln, Grenzen, Konsequenzen – aber wie?

Dieser Vortrag beleuchtet das oftmals das Familienklima belastende Thema. Aspekte wie Regeln befolgen, Grenzen setzen und Konsequenzen finden, werden beleuchtet. Das Gehörte wird anhand praktischer Beispiele vertieft und alternative Handlungsmöglichkeiten besprochen.

- ▶ *Zielgruppe: Anpassbar für Eltern von Kindern bis 3 Jahren, bis 6 Jahren oder im Grundschulalter.*



stock | #174481913

Oksana Kuzmina - AdobeStock.com

5

3.

Kinder entdecken ihre Körper – Körperwahrnehmungen und körperliche Neugier kleiner Kinder

Wenn Kinder ihren Körper und den ihrer Spielkameraden erkunden, sind Eltern und Erzieher:innen oft verunsichert. In diesem Vortrag erfahren Sie mehr über die entwicklungspsychologische Bedeutung dieses Handelns und über den Unterschied zur Sexualität Erwachsener.

Die körperliche und psychosexuelle Entwicklung kleiner Kinder wird als ein ganzheitlicher Prozess begriffen, der schon im Säuglingsalter beginnt. Im Vortrag werden wir der Frage nachgehen, wie Sie als Eltern diese Entwicklung liebevoll fördern und begleiten können.

- ▶ *Zielgruppe: Eltern von Kindern im Alter von 1-6 Jahren sowie pädagogische Fachkräfte.*

4.

Zwischen Neugier und Grenzverletzung: Doktorspiele oder sexuelle Übergriffe unter Kindern?

Interesse und Lustempfinden sowie gemeinsame Körpererkundungsspiele mit anderen Kindern spielen in der Entwicklung von Kindern eine große Rolle. Was sind normale sexuelle Aktivitäten und wo fängt übergriffiges Verhalten an? Der Vortrag regt zu einer fachlich angemessenen Sensibilisierung und einem professionellen Umgang mit sexuellen Übergriffen an.

- ▶ *Zielgruppe: Pädagogische Fachkräfte.*

5.

Pubertät – oder die Kunst einen Kaktus zu umarmen

Die Pubertät ist eine der intensivsten Phasen menschlichen Lebens, in der Kinder und Jugendliche vielfältige Entwicklungsaufgaben bewältigen müssen. Hormonell bedingt verändern sich nicht nur die Körper von Mädchen und Jungen, auch das Gehirn gleicht einer Großbaustelle. Was brauchen Jugendliche und wie kann Elternschaft in diesen turbulenten Zeiten funktionieren? Wie kann eine gute Balance zwischen Loslassen und Haltgeben gelingen?

- ▶ *Zielgruppe: Eltern von Kindern und Jugendlichen in der Pubertät.*



6. Kinder im Blick – Kindliches Erleben von Trennung und Scheidung

Wenn Eltern sich trennen, verändert sich für die gesamte Familie das gewohnte Leben. Nicht nur die Dinge des Alltags müssen neu geregelt werden, sondern auch die Beziehungen. Die darin eingebundenen Gefühle müssen an die neue Lebenssituation angepasst werden. Für Eltern und Kinder bedeutet diese Veränderung oft eine emotionale Achterbahnfahrt. Im Mittelpunkt des Gesprächsabends steht das Erleben der Kinder. Wie geht es den Kindern? Worauf können Eltern achten, um den Anforderungen in dieser schwierigen Zeit gerecht zu werden?

- ▶ *Zielgruppe: Getrennte, geschiedene oder sich auf die Trennung vorbereitenden Eltern.*



7. Angst ist eine Farbe unseres Lebens – Umgang mit Ängsten bei Kindern

Dieser Vortrag beleuchtet das Thema „Angst bei Kindern“ und die Möglichkeiten eines elterlichen Umgangs damit. Auf Wunsch kann gesondert auf Begriffe wie „Schulangst“, „Schulverweigerung“ und „Schulphobie“ eingegangen werden.

- ▶ *Zielgruppe: Eltern von Schulkindern.*

8. Kinderschutz in Betreuungseinrichtungen

Diese ganztägige Schulung ist für Mitarbeitende in Kindertageseinrichtungen, Kitas und Schulbetreuungen konzipiert, die im Rahmen der Regelungen des SGB VIII tätig sind. Für sie gilt der §8a als verbindlich und handlungsleitend. Was das im Einzelnen für die Mitarbeitenden und die Einrichtung bedeutet, wird mit Hilfe theoretischer Inputs, interaktiver Arbeitsgruppen und Diskussionen erarbeitet. Das Einbringen von Fallbeispielen aus der Praxis der Teilnehmenden ist willkommen.

- ▶ *Zielgruppe: Pädagogische Fachkräfte aus der U3- Betreuung, Kindertagesstätten und Nachmittagsbetreuungen.*



9.

Geschwisterliebe - Geschwisterkampf

In einem Augenblick spielen Kinder noch zufrieden zusammen und im nächsten Moment fliegen plötzlich die Fetzen. Wie können Eltern dieses Verhalten verstehen und Wege finden, um den Bedürfnissen ihrer Kinder gerecht zu werden? Fragen zu Geschwisterbeziehungen werden beantwortet, Beispiele aus dem Alltag reflektiert und Anregungen gegeben.

- ▶ *Zielgruppe: Eltern von Geschwisterkindern sowie alle Interessierten.*

GRUPPEN / GESPRÄCHSKREISE

10.

Elternkurs: Kess erziehen

Weniger Stress – mehr Freude

Dieser Elternkurs möchte Müttern und Vätern Wege eröffnen,

- das Familiengefühl zu stärken
- respektvoll miteinander umzugehen
- die Selbstverantwortung des Kindes zu fördern
- störendes Verhalten besser zu verstehen
- gelassener zu reagieren
- notwendige Grenzen durchzusetzen
- drohende Konflikte zu entschärfen
- Oasen für sich selbst zu schaffen

Ablauf: Fünf definierte Einheiten, die gefüllt sind mit Informationen über die Entwicklung und die Bedürfnisse von Kindern, kurzen Übungen, Demonstrationen, Selbstreflexion, Austausch und Anregungen für die Praxis zu Hause.

- ▶ *Zielgruppe: Eltern von Kindern ab 3 Jahren.*

11.

Gruppe für Kinder von getrenntlebenden Eltern

Trennungen sind für Kinder immer eine große Herausforderung. Viele von ihnen fühlen sich schuldig und wissen nicht, wie sie mit dieser Situation umgehen sollen. Die Kinder erfahren in der Gruppe, dass sie mit ihren Gefühlen in dieser schwierigen Situation nicht alleine sind. Sie können hier auf spielerisch-kreative Weise ihre kleinen und großen Sorgen zum Ausdruck bringen, die sich durch die Veränderungen des Zusammenlebens ergeben haben. Im Austausch mit den anderen Kindern lernen sie neue Möglichkeiten der Bewältigung kennen.

Ablauf: Die Gruppe findet wöchentlich, insgesamt 8 Mal, in einer festen Gruppe von max. sechs Kindern statt.

- ▶ Zielgruppe: Kinder zwischen 8 und 10 Jahren.

12.

Sozialkompetenzgruppe

In dieser Gruppe geht es darum, Kindern dabei zu verhelfen, Freundschaften zu bilden, Bindungen aufzubauen und ein Zugehörigkeitsgefühl zu entwickeln. Kinder lernen, was es bedeutet einander zu helfen, sich in andere hineinzusetzen, Emotionen zu verstehen und empathisch miteinander umzugehen. Es geht auch darum, für sich gesunde Grenzen zu setzen und die eigenen Bedürfnisse, sowie die der anderen, zu beachten und zu respektieren.

Ablauf: Die Gruppe findet wöchentlich, insgesamt fünf Mal, in einer festen Gruppe von vier Kindern statt.

- ▶ Zielgruppe: Kinder (die Altersspanne wird nach Bedarf angepasst).



Ehe-, Paar- und Lebensberatung



1.

Paarkommunikation

„Dieses Spiel geht nur zu zweit“ (George Spencer Brown)

Unzufriedenheit mit der Kommunikation in Beziehungen steht in vielen Statistiken mit an vorderster Stelle für Trennungsgründe. Gelingende Kommunikation wird von einigen Kommunikations-Wissenschaftler:innen als „purer Zufall“ bezeichnet. Mit dem Vortrag und einem anschließenden Austausch wird der Frage nachgegangen, wie wir dem Zufall vielleicht doch etwas auf die Sprünge helfen können.

Was kann hilfreich und nützlich für gelingende Kommunikation sein? Wie kann es möglich werden, aus – nicht nur – „kommunikativen“ Teufelskreisen auszusteigen und wie könnten erste kleine Schritte aussehen?

- ▶ *Zielgruppe: Paare, Fachkräfte sowie alle Interessierten.*

2.

„Kann man miteinander gut streiten?“

Streit löst Stress aus. In stressigen Situationen kommen häufig die unpassenden Verhaltensmuster zutage. Nach einer Einführung zu den Verhaltenstypen nach Virginia Satir beschäftigt sich der Vortrag damit, was im Blick behalten werden kann, um miteinander gut streiten zu können.

- ▶ *Zielgruppe: Alle Interessierten.*



3.

Lebenskrisen – Lebenschancen

„Krise ist ein produktiver Zustand. Man muss ihr nur den Beigeschmack der Katastrophe nehmen.“ (Max Frisch)

Krise bedeutet im ursprünglichen Wortsinne den Höhepunkt, aber auch den Wendepunkt einer hoch spannungsvollen und bedrohlichen Entwicklung. Eine Krise stellt bisherige Erfahrungen, Normen, Ziele und Werte in Frage und hat oft einen bedrohlichen Charakter. Sie ist zeitlich begrenzt. Im Moment der Krise entscheidet sich, ob es eine Wendung zur Besserung gibt. Gibt es keine Wende hin zum Besseren, sprechen wir von einer Katastrophe. Wird der Moment der Krise aber überstanden und lässt das Erleben von Bedrohung sowie die Anspannung nach, kann selbst ein sehr bedrohliches Erlebnis sogar zur Entwicklung und zum Wachstum eines Menschen beitragen.

Welche Arten von Lebenskrisen gibt es? Wie sehen unterschiedliche Bewältigungsstrategien von Menschen in Krisensituationen aus? Weshalb gelingt es manchen Menschen scheinbar leichter Krisen zu bewältigen und anderen fällt es schwerer?

- ▶ *Zielgruppe: Alle Interessierten.*

4.

Geleiteter Gesprächskreis für Paare

„Zwischen Reiz und Reaktion liegt die Freiheit“ (Victor Frankl)

Vier Abende mit Übungen zur Achtsamkeit, u.a. in der Kommunikation und eine Einführung in das „Zwiegespräch“ nach Michael Lukas Möller und Celia Fatia.

An den vier geleiteten Paarabenden haben Sie nach einem ersten gemeinsamen Kennenlernen die Möglichkeit, angeleitete Achtsamkeitsübungen auszuprobieren. Sie erfahren etwas über das Konzept des „Zwiegesprächs“, welches als Selbsthilfekonzent für Paare entwickelt wurde und eine gute Methode für Paare bietet, die dauerhaft aus zermürenden Zweierdiskussionen aussteigen und stattdessen mehr Lebendigkeit in ihre Beziehung bringen wollen. Außerdem gibt es die Möglichkeit des Austausches mit den anderen Paaren über Erfahrungen, die Sie zwischen den Terminen gemacht haben.

- ▶ *Zielgruppe: Paare.*

5.

Tod, Trauer, Abschiede – Geleiteter Gesprächskreis

Verluste, Trauer und Abschiede sind sehr individuelle und persönliche Prozesse. Sie brauchen Zeit und folgen keinem bestimmten Muster.

Ein naher, lieber Mensch ist gestorben, eine Krankheit, ein Unfall, eine Behinderung hat Ihr Leben verändert. Eine Partnerschaft zerbricht, weil ein Partner/eine Partnerin sie beendet. Ereignisse, nach denen nichts mehr ist wie es einmal war. Oft bestimmen dann Fassungslosigkeit und Einsamkeit unser Leben.

Der geleitete Gesprächskreis bietet Ihnen den Raum und die Zeit zum Erzählen Ihrer Trauer-Geschichte. Er bietet den Raum zum Zuhören und zum Nachdenken. Er kann eine Hilfe sein beim persönlichen Suchen und Finden von Perspektiven für den weiteren Lebensweg. Der Austausch mit anderen Menschen, die ähnliche Erfahrungen wie Sie gemacht haben, kann für die Bewältigung Ihrer Lebenskrise sehr hilfreich sein.

An den vier geleiteten Abenden besteht, nach einem ersten gemeinsamen Kennenlernen, die Möglichkeit, sich in einer achtsamen Umgebung auszutauschen. Inhaltlich wird außerdem das Konzept von Verena Kart mit den einzelnen Trauer- und Krisenbewältigungsphasen vermittelt.

▶ *Zielgruppe: Alle Interessierten.*

Layout: P. Baumgardt

Fotonachweis: WavebreakmediaMicro, STUDIO GRAND OUEST, Robert Kneschke, kmiragaya © fotolia.com

Oktober 2023



Beratungszentrum Mitte

Offenbacher Straße 17
63128 Dietzenbach

Öffnungszeiten

Montag – Donnerstag: 8.30 – 12.30 Uhr und 13.30 – 17.00 Uhr
Freitag: 8.30 – 14.00 Uhr

Telefon: 06074 8276-40

E-Mail: bzmitte@regionale-diakonie.de

www.diakonie-of.de

Diakonie

Regionale Diakonie Dreieich-Rodgau