

„Kinder im Blick“ – Ein Elternkurs für getrennte Eltern

Die Trennung ihrer Eltern verändert für Kinder vieles. Um den Übergang in den neuen Lebensabschnitt gut bewältigen zu können brauchen sie in der Zeit nach der Trennung besonders viel Zuwendung. Diese auch zu geben ist für Eltern oft nicht leicht; die Konflikte mit dem anderen Elternteil, finanzielle Herausforderungen und Stress fordern Kraft, Zeit und Nerven, zu Lasten des eigenen Wohlbefindens und der Kinder.

Der Elternkurs „Kinder im Blick“ (KiB) unterstützt Eltern dabei, das Getrennt-Leben zum Wohle ihrer Kinder positiv zu gestalten, ihnen Rückhalt zu geben und sie hilfreich zu begleiten. Im Kurs werden drei grundlegende Fragen behandelt:

- Wie kann ich die Beziehung zu meinem Kind positiv gestalten und seine Entwicklung fördern?
- Was kann ich tun, um Stress zu vermeiden und abzubauen?
- Wie kann ich den Kontakt zum anderen Elternteil im Sinne meines Kindes gestalten?

Der Kurs richtet sich an bereits räumlich getrennte Eltern eines oder mehrerer Kinder. Da die Beziehung zu den Kindern im Vordergrund steht sollten die teilnehmenden Eltern mit ihren Kindern zusammenleben oder regelmäßigen Kontakt zu den Kindern haben.

„Kinder im Blick“ ist ein wissenschaftlich fundiertes Angebot, das vom Familien-Notruf München e.V. und der Ludwig-Maximilians-Universität München (LMU, Prof. Dr. Sabine Walper und Team) entwickelt wurde. Es hat seine Grundlagen in der Stress- und Scheidungsforschung und baut auf dem Elternkurs „Familienteam“ auf. (www.kinderimblick.de)

Die Kinder- Jugend- Elternberatung Gallus bietet ab dem 03. Februar 2026 den Elternkurs „Kinder im Blick“ an. Der Kurs umfasst sieben Termine von jeweils drei Stunden in einer Gruppe von 6-10 Teilnehmer:innen. Geleitet wird der Kurs von einem professionellen Zweierteam. Sie erhalten bei Teilnahme eine Elternmappe zur Vertiefung und als Gedächtnisstütze für die Umsetzung zu Hause.

Kosten: 100 Euro (Ermäßigung für Geringverdienende / bei Bezug von ALG / ALG II u. Ä)

Kursleitung: Martin Deutsch und Eva Ris

Termine: Dienstag, 03. Februar 2026
Dienstag, 10. Februar 2026
Dienstag, 17. Februar 2026
Dienstag, 24. Februar 2026
Dienstag, 03. März 2026
Dienstag, 17. März 2026
Dienstag, 24. März 2026
jeweils 18.00 bis 21.00 Uhr

Ort: Kinder- Jugend- Elternberatung Gallus, Kostheimer Straße 11-13,
60326 Frankfurt am Main

Anmeldung: Telefonisch oder per Mail über das Sekretariat, Tel. 069/212-35993 oder
info.kjeb-gallus@stadt-frankfurt.de

