



**Deutsches
Rotes
Kreuz**

DRK-Kreisverband
Märkisch-Oder-Havel-Spree e.V.



Gruppe für Eltern mit psychischer Belastung

Für psychisch belastete Eltern, die ihr Kind im Blick behalten möchten, bietet unsere Erziehungs- und Familienberatung in Oranienburg eine moderierte Gesprächsgruppe an. Der Leitgedanke dabei ist: "Ich Sorge gut für mich, ich Sorge gut für dich."

Wann: zwei- bis vierwöchentlich donnerstags,
16:30 Uhr bis 18:00 Uhr

Wo: Bürgerzentrum Oranienburg

Wer: Teilnahme nach Anmeldung und Vorgespräch

Leitung:

Julia Väth-Hille, Dipl.-Sozialpädagogin, Systemische Familientherapeutin

Markus Müller, Dipl.-Sozialpädagoge, Systemischer Familientherapeut

Der Kurs ist kostenfrei.

Was erwartet Sie?

Wir unterstützen Eltern, ihre psychischen Belastungen zu erkennen sowie ihre Stärken und Ressourcen zu nutzen. Dadurch fällt es ihnen leichter, die Höhen und Tiefen im Familienalltag zu meistern. Durch den Erfahrungsaustausch und den geschaffenen Vertrauensraum machen wir die Gruppe als Entlastung und Quelle für Kraft erfahrbar. Durch die vertrauensvolle Atmosphäre werden Sorgen und Nöte der Eltern im Hinblick auf ihr Kind besprechbar, zum Beispiel durch

- kurze Impulsvorträge durch die Gruppenleitung
- gemeinsamen Austausch in Gruppengesprächen
- Achtsamkeitsübungen für den Alltag

Ablauf

- Das Gruppenangebot richtet sich an sechs Elternpersonen.
- Es findet alle zwei bis vier Wochen statt.
- Insgesamt gibt es sechs Gruppentermine.
- Ein Termin dauert 90 Minuten.
- Dem Beginn der Gruppe geht für alle Teilnehmenden ein Einzeltermin voraus. Dabei werden Wünsche, Bedarfe und Möglichkeiten besprochen.
- Am Ende steht ein Abschlusstermin mit einem kleinen Fest.

Voraussetzungen

Die Teilnahme am Kurs beruht auf Freiwilligkeit. Damit eine vertrauensvolle Zusammenarbeit möglich ist, verpflichten sich alle Teilnehmenden vor Beginn per Unterschrift zur Verschwiegenheit. Die Schweigepflicht betrifft sowohl die Themen in der Gruppe und auch die Teilnehmenden an der Gruppe.

Anmeldung und Informationen

- Telefon: 03301 530107
- E-Mail: erziehungsberatung@drk-mohs.de

Das Angebot wird gefördert
vom Landkreis Oberhavel.



**DRK-Kreisverband
Märkisch-Oder-Havel-Spree e.V.**
Erziehungs- und Familienberatung
Bürgerzentrum Oranienburg
Albert-Buchmann-Straße 17
16515 Oranienburg

www.drk-mohs.de

