

# Schwerpunkt

Ein manualisiertes und evaluiertes Elternt raining für Alleinerziehende. Im Fokus stehen die alleinerziehenden Elternteile und ihre Belastungssituation durch die Trennung sowie die Auswirkungen auf die Kinder. Es muss keine psychische und/oder Suchterkrankung vorliegen.

# Blick auf wir 2

Elternt rainingprogramm für  
Alleinerziehende in Schwerin

## Zielgruppe

alleinerziehende Eltern in Schwerin mit Kindern zwischen 3 und 10 Jahren

## Ziele

- alleinerziehenden Elternteil sowie die gesamte Familie stärken
- psychosoziale und gesundheitliche Belastungsfaktoren für Elternteil und Kind reduzieren
- positiven/neutralen Kontakt zwischen den getrennten Elternteilen fördern
- Eltern-Kind-Bindung stärken
- Konflikt- und Kommunikationsfähigkeit sowie Empathiefähigkeit fördern

## Rahmen

- kostenfreies Gruppenangebot
- ca. 8-12 Teilnehmende (mind. 1 Vater) sowie 2 Gruppenleiter\*innen
- 4 Module über 1 Jahr - in Form von 20 Sitzungen à 90 Minuten pro Woche
- Kinderbetreuung in angrenzender Kita

## Kontakt

[www.wir2-kinderzentrum.de](http://www.wir2-kinderzentrum.de)

E-Mail: [wir2@kinderzentrum-mecklenburg.de](mailto:wir2@kinderzentrum-mecklenburg.de)

## Umsetzung

- intensives 60-minütiges Einzelgespräch mit Elternteil und Trainer\*innen zum Kennenlernen
- interaktioneller Gruppenprozess, Affektmobilisierung, Perspektivwechsel
- 4 Module u.a. zu: emotionale Selbstwahrnehmung, Einfühlen in Gefühle des Kindes und in Gesamtsituation der Familie, Suchen und Finden von neuen Lösungen
- zusätzlich Einzelsitzungen
- Teilnehmende können sich untereinander austauschen und so Verständnis aufbauen und Schuld/Scham und Stigma abbauen
- „Hausaufgaben“ zwischen den Sitzungen wie Reflexionsübungen
- TN erhalten Ordner mit Materialien

## Grenzen & Ausblick

- z.T. Abbruch der Teilnahme aus organisatorischen oder emotionalen Gründen
- Regelfinanzierung angestrebt (aktuell ausschließlich spendenfinanziert)
- aktuell nur in Schwerin – Ausbau auf weitere Regionen in MV wünschenswert

Jutta Plötz

Tel. (Di + Fr von 9:30 -12:00 Uhr):

0385 55 159 53