



# „Allein/getrennt erziehen“

## Elternabend online

### Als alleinerziehender Elternteil die Herausforderung meistern

Die Zeit nach einer Trennung ist ein bedeutender Übergang für alleinerziehende Eltern und ihre Kinder. Geprägt von Zeitmangel, Einsamkeit und der alleinigen Verantwortung im Alltag, wird sie zu einer anspruchsvollen Phase. Kinder leiden oft unter dem Mangel an Kontakt zum anderen Elternteil, während Eltern darum bemüht sind, ihre Kinder aus möglichen Konflikten herauszuhalten. Die Trennung der Paar- von der Elternebene, gestaltet sich häufig als Herausforderung.

Am Elternabend werden verschiedene Themen besprochen, die dazu beitragen, eine unterstützende Umgebung zu schaffen und den Familienalltag harmonisch zu gestalten.

- Förderung einer gelungenen Kommunikation für ein besseres Familienklima
- Reduzierung von Konflikten durch spezifische Kommunikationsstrategien
- Erziehungstipps für eine unterstützende Umgebung
- Umgang mit Veränderungen in der Familienstruktur und Förderung der Resilienz bei Kindern
- Ressourcenmanagement und effektive Nutzung verfügbarer Unterstützung

**1 Abend:** Montag 26.02.24 19:00 – 21:15 Uhr  
 Schmidt Sandra Dipl. Pädagogin

**Ort:** Big Blue Button  
**Wie anmelden:** Katholische Erwachsenen- und Familienbildung, 02761 9422 00, [olpe@kefb.de](mailto:olpe@kefb.de) oder per QR-Code

**Anmeldeschluss:** 1 Woche vor Kursbeginn

Bildnachweis: pexels.com

