

**Stadt Salzgitter**  
**Pressemitteilung**  
**08.09.2020**

**„Kinder im Blick“ – Ein Kurs für Eltern in Trennung**

Die Psychologische Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche und Eltern der Stadt Salzgitter freut sich, nach den Corona bedingten Einschränkungen wieder einen Kursus für getrennt lebende Eltern anbieten zu können.

Unter dem Titel „Kinder im Blick“ (KiB), erhalten Eltern Anregungen, wie sie ihre Kinder in der Trennungszeit bestmöglich unterstützen können und gleichzeitig gut für sich selbst sorgen.

Eine Trennung stellt für alle Beteiligten eine große Herausforderung dar. Nichts ist mehr wie zuvor, Konflikte mit dem anderen Elternteil und finanzielle Probleme fordern Kraft, Zeit und Nerven – dies häufig auf Kosten der Kinder und des eigenen Wohlbefindens. Kinder brauchen in dieser Zeit besonders viel Zuwendung, um den Übergang in den neuen Lebensabschnitt zu bewältigen.

An insgesamt sechs Nachmittagen geht es unter Anleitung eines erfahrenen Beratungsteams darum, wie Eltern lernen können, mit Stress umzugehen und gut für sich zu sorgen; wie sie ihr Kind oder ihre Kinder gut unterstützen und begleiten, beziehungsweise wie es gelingen kann, die elterlichen Konflikte zu reduzieren. Einführungen in die Themen wechseln sich dabei mit Übungen und gegenseitigem Austausch in der Gruppe ab. Zudem gibt es viele Anregungen für den Alltag zuhause.

Die Termine sind jeweils freitags von 15:30 Uhr bis 18:30 Uhr am 30.10.2020, 13.11.2020, 27.11.2020, 11.12.2020, 15.01.2021 und 29.01.21. Sie finden unter Berücksichtigung der derzeitigen Hygienebestimmungen in der Kulturscheune/Salzgitter Lebenstedt statt.

Die Teilnahme ist kostenfrei.

**Informationen und Anmeldung:**

Psychologische Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche und Eltern

Telefon: 05341/8393491

E-Mail: [erziehungsberatung@stadt.salzgitter.de](mailto:erziehungsberatung@stadt.salzgitter.de)

montags bis mittwochs von 9 bis 13 Uhr, donnerstags von 14 bis 18 Uhr und freitags von 9 bis 12 Uhr möglich