

Weitere Informationen,  
mögliche Anmeldung:



Das Glück liegt nicht am anderen Ufer,  
bei den anderen Menschen, denen es  
scheinbar viel besser geht.  
Das Glück liegt in dir.

Es nimmt seinen Anfang in deinem Herzen,  
und du gibst es weiter,  
wenn Menschen gern mit dir zusammen sind.

(Phil Bosmans)

### Evangelische Pfarrgemeinde

---

### Psychologische Beratungsstelle für Erziehungs-, Ehe- und Lebensberatung der Evangelischen Kirche in Mannheim

M 1, 9a | 68161 Mannheim

Tel. 0621 - 280 00 280

Fax 0621 - 280 00 299

Mail [team@pb.ekma.de](mailto:team@pb.ekma.de)

Website [www.pb.ekma.de](http://www.pb.ekma.de)

---

Finanziert durch das Landesprogramm  
Baden-Württemberg:



## Gute Eltern sein - trotz psychischer Erkrankung

Gesprächskreis für psychisch kranke  
Mütter und Väter



Ein Angebot

**Ihrer Evangelischen Pfarrgemeinde**

und der

**Psychologischen Beratungsstelle  
für Erziehungs-, Ehe- und Lebensfragen**

Mit den Kindern in Beziehung zu sein und erfolgreich zu erziehen wird durch eine psychische Erkrankung häufig erschwert. Ziele dieses Gesprächskreises sind es folgende Themen zu besprechen, sich mit anderen Eltern auszutauschen und Lösungen zu entwickeln. Es wird aber auch Gelegenheit sein eigene Fragen einzubringen und von Unterstützungsangeboten zu erfahren.

### 1. Gefühle und Beziehungen

- Warum sind Gefühle und Beziehungen wichtig?
- Wie baue ich eine tragfähige Bindung zu meinem Kind auf und wie kann ich sie pflegen?
- Wie können Kinder und Erwachsene mit schwierigen Gefühlen und emotionalen Konflikten umgehen?

### 2. Regeln und Grenzen

- Warum sind Regeln und Grenzen für Kinder wichtig?
- Welche Regeln und Grenzen sind in unterschiedlichen Entwicklungsabschnitten sinnvoll?

### 3. Freizeit und Medien

- Wie kann eine positive Freizeit gestaltet werden (innerhalb und außerhalb der Familie)?
- Was kann ich tun, wenn sich mein Kind allen Aktivitäten in der Freizeit verweigert oder ich mich zu schwach fühle, mit meinem Kind Freizeit zu verbringen?

### 4. Kindergarten und Schule

- Welche Förderung braucht mein Kind in welchem Alter und was kann ich von ihm fordern, ohne es zu überfordern?
- Welche Schwierigkeiten hat mein Kind in Kindergarten und Schule und was kann ich tun, um sie lösen zu helfen?
- Manchmal habe ich selbst Probleme mit Erzieherinnen, Lehrern und Eltern. Wie kann ich mich günstig verhalten?

**Der Gesprächskreis findet an vier Terminen statt.**

**Start:** zeitnah; Termine im Internet: [www.pb.ekma.de](http://www.pb.ekma.de) oder Auskunft bei der Evang. Pfarrgemeinde

**Zeit:** siehe im Internet: [www.pb.ekma.de](http://www.pb.ekma.de) oder Auskunft bei der Evang. Pfarrgemeinde

**Ort:** im Gemeindehaus der Evang. Pfarrgemeinde (evtl. zentral im **HAUS DER EVANG. KIRCHE** M 1, 9a - Seiteneingang!)

Bei Bedarf ist für eine Kinderbetreuung gesorgt.

**Wir freuen uns auf Ihr Kommen!**

### Anmeldung zum Gesprächskreis „Gute Eltern sein – trotz psychischer Erkrankung“

(Bitte per Brief, Fax oder Mail an die Beratungsstelle)

**Name:**

\_\_\_\_\_

**Straße:**

\_\_\_\_\_

**Wohnort/Pfarrgemeinde:**

**MA-** \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

**Telefon/Mail:**

\_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

**Kinderbetreuung gewünscht:** ja  nein

**Alter der Kinder:**

\_\_\_\_\_

**Datum:**

\_\_\_\_\_