

WANN IST MEIN KIND GESUND?

Kinder – Gesundheit fördern und schützen



Unter der Corona-Pandemie und der Vielzahl der damit einhergegangenen Belastungsfaktoren (z. B. Distanzunterricht, fehlende soziale Kontakte, Wegfall des Freizeitangebots) hat die seelische Gesundheit von Kindern und Jugendlichen stark gelitten. Viele Eltern machen sich Sorgen darüber, ob für ihre Kinder eine Rückkehr zur Normalität möglich ist oder ob mit dem Andauern der Pandemie vielleicht sogar psychische Auffälligkeiten entstehen. Die Frage **ist das normal?** treibt in unterschiedlichen Altersphasen zwischen Stillen – Trotzphase und Pubertät um – in den 3 Teilen des Onlineworkshops erhalten Eltern Impulse aus kurzen Vorträgen, können sich austauschen und sich ihre eigenen Einschätzungen machen und Hinweise auf eigenes weiteres Agieren im Erziehungsalltag mit ihren Kindern bekommen.

Termine: 3 x donnerstags, 24. Februar, 10. März und 24. März 2022,
jeweils 18.00 – 20.00 Uhr

Ort: Online (Zoom)

Kosten: keine

Für wen? Für alle interessierten Eltern, Teilnahme als Paar oder allein möglich.

Anmeldung: event@landesfamilienrat.de

Kontakt: Landesfamilienrat Baden-Württemberg,
Gymnasiumstraße 43, 70174 Stuttgart,
Telefon: (07 11) 62 59 30, www.landesfamilienrat.de



Ein Online-Workshop für Eltern in 3 Teilen



Moderation: Susanne Binder

Systemische Familientherapeutin, Leiterin des Familienzentrums Holzgerlingen,
Dozentin bei FobiS, Mutpol

Teil 1

Coronafolgen und andere Entwicklungsthemen – 24. Februar 2022

Es ist wichtig durch frühzeitiges Handeln die Langzeitfolgen der Pandemie für betroffene Kinder und Jugendliche präventiv abzufangen und Chronifizierungen von psychischen Erkrankungen zu verhindern. Das wissenschaftliche Team des Kompetenzbereich Prävention Psychische Gesundheit der Klinik für Kinder- und Jugendpsychiatrie Ulm berichtet darüber

- Wie äußern sich psychische Störungen bei Kindern und Jugendlichen?
- Bei welchen Auffälligkeiten ist professionelle Beratung erforderlich?
- Welche Möglichkeiten haben Eltern ihre Kinder zu unterstützen?
- Wo können sie selbst passende Hilfen vermittelt bekommen?



Referentinnen:

Emily Gossmann (links)

Wissenschaftliche Mitarbeiterin

Dr. Sophie Hofmann (rechts)

Diplom-Psychologin | Psychologische Psychotherapeutin (VT)

Wissenschaftliche Mitarbeiterin



Teil 2

Resilienz – stabil durch Krisen kommen – der andere Blick auf die eigenen Kinder – 10. März 2022

Der Blick auf die Stärken und die Krisensicherheit der eigenen Kinder ermöglicht den Eltern genauso neue Handlungsmöglichkeiten. Die Referentin stellt dazu ein Modell vor, mit dem die Teilnehmenden weiter diskutieren und entdecken können

- Wie kann ich mein Kind – jeden Alters – besser verstehen, wie seine Stärken entdecken stärken?
- Unter verschiedenen Aspekten lernen Sie ihr Kind besser zu beobachten?
- Welche Fragen kann ich stellen, ohne auszufragen?
- Wie kann ich Sicherheit in der Einschätzung seiner Krisensicherheit gewinnen?

Referentin: Petra Pfendtner Systemische Dozentin und Erziehungswissenschaftlerin

Teil 3

Gesundheit für Kopf und Körper – 24. März 2022

Im – gefühlt immer digitaleren – Zeitalter braucht es für die Entwicklung von Kindern ein zusätzliches besonderes Augenmerk auf der körperlichen und der sozialen Entwicklung. Mit einer Körper- und Achtsamkeitstainerin erproben Eltern neue Möglichkeiten, die sie im Familienalltag einsetzen können.

- Der Körper als Spiegel der Seele? Was sagt Körperhaltung und Umgang mit diesem aus und wie kann die Energie auch über körperliche Aktion gestärkt werden?
- Wie kann Konzentration in verschiedenen Altersabschnitten bei Kindern spielerisch gestärkt werden?
- Wo finden Eltern und Kinder Inspiration und Anlaufstellen?