

bitte  
ausreichend  
frankieren

# Evangelische Beratungsstelle Augsburg Oberbürgermeister-Dreifuß-Str. 1 86153 Augsburg

## Evangelische Beratungsstelle Augsburg

Oberbürgermeister-Dreifuß-Str. 1  
86153 Augsburg

Telefon 0821 597760  
Telefax 0821 5977611  
Mail [eb@diakonie-augsburg.de](mailto:eb@diakonie-augsburg.de)  
Web [www.diakonie-augsburg.de](http://www.diakonie-augsburg.de)

### Sprechzeiten Sekretariat:

Mo. bis Fr. 8:00 bis 12:00 Uhr  
Mo., Di., Do. 13:00 bis 16:00 Uhr

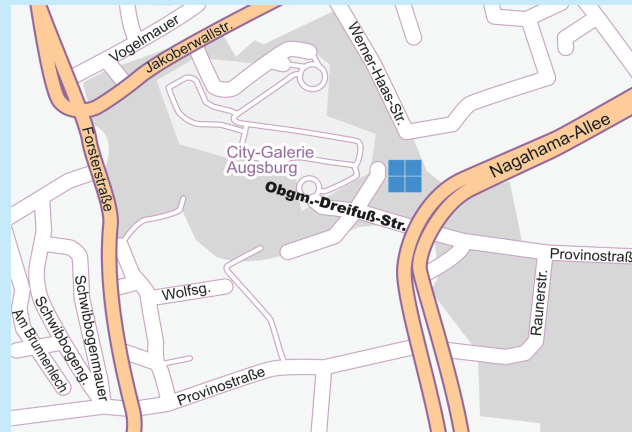
### Onlineberatung:

[www.onlineberatung-augsburg.de](http://www.onlineberatung-augsburg.de)

### Telefonberatung:

Mo. - Do. 13:00 - 13:30 Uhr

So finden Sie uns in der Obgm.-Dreifuß-Str. 1



- Buslinie 22 ab Hbf/Königsplatz bis City Galerie/VHS
- Straßenbahnlinie 6 bis Rotes Tor, Umst. Buslinie 35 bis City Galerie/VHS
- Straßenbahnlinie 6 bis Gärtnerstraße (10min Fußweg)
- City-Express ab Moritzplatz bis City Galerie

Diakonie   
Augsburg

## Eltern Training

Ein Gruppenangebot für  
Eltern zur Unterstützung  
im Familienalltag



Evangelische  
Beratungsstelle  
Augsburg



## Im Erziehungsalltag kommen wir als Eltern immer wieder an unsere Grenzen:

- Die *Herausforderungen*, welche die *verschiedenen Entwicklungsphasen* der Kinder mit sich bringen, gehen immer wieder *mit intensiven Gefühlen* einher, wie z.B. Hilflosigkeit, Ohnmacht, Angst, Verzweiflung - aber auch Ärger und Wut.
- Wie können wir die Kinder gut begleiten, ihnen zugleich den *notwendigen Halt und den erforderlichen Raum* für ihre Entwicklung geben und dabei gleichsam gut für uns selbst sorgen?
- Wie können wir die hohen Anforderungen unserer Zeit besser bewältigen?
- Und wo bleibt *Raum für uns selbst*?

Im ElternTraining erhalten Sie *Unterstützung* darin, Ihren Familien- und Erziehungsalltag für alle zufriedenstellender zu gestalten und vielseitige *Anregungen und Ideen*, wie Situationen, Gewohnheiten verändert werden können, die nicht gut für Sie sind.

## Das ElternTraining in der Gruppe ermöglicht...

einen *intensiven Austausch* unter den TeilnehmerInnen. Dies schafft Entlastung und ermöglicht andere Sichtweisen, Erkenntnisse und Erfahrungen.  
Anhand vielseitiger *Übungen* wird deutlich, welche innere Haltung wir in bestimmten Situationen einnehmen, wie wir miteinander reden und welche Wirkung das auf den anderen hat.

Die Kunst des wirklichen *Zuhörens und Verstehens* wird in vielen Übungen erfahren und wir entwickeln Ideen, wie wir die Kinder beim *Bewältigen von Problemen* unterstützen können.

Gemeinsam erarbeiten wir, wie eine für alle *zufriedenstellende Lösung von Konflikten* gelingen kann.

Und was uns im ElternTraining immer auch begleitet: der Blick darauf, *was gelingt*, was *Freude* bereitet und uns *glücklich* macht.

## Termine Herbst 2018

7 x jeweils Donnerstag, 9:00 bis 11:00 Uhr:  
13.09., 20.09., 27.09., 04.10., 11.10., 18.10.  
uns 25.10.2018.

## Veranstaltungsort

Gruppenraum der Evangelischen Beratungsstelle (s. Infoseite).

## Teilnehmerzahl

max. 12 Personen

## Kosten

Die Teilnahme ist für Sie kostenlos. Wir freuen uns sehr über eine Spende für unsere präventive Arbeit.

## Anmeldung

Bitte melden Sie sich telefonisch oder mit nebenstehendem Anmeldeformular verbindlich bis spätestens Freitag, 31.08.2018 an.

## Kursleitung

Diplom Psychologin Sabine Suda

## Anmeldung für das ElternTraining

Name \_\_\_\_\_

Vorname \_\_\_\_\_

Alter \_\_\_\_\_

Alter der Kinder \_\_\_\_\_

Straße \_\_\_\_\_

Ort \_\_\_\_\_

Tel. \_\_\_\_\_

Mail \_\_\_\_\_

Hiermit melde ich mich für das ElternTraining Herbst 2018 verbindlich an.

Datum

Unterschrift