



# UNIVERSITÄTS KLINIKUM HEIDELBERG



## **Eltern-Fertigkeiten-Training**

Gruppe zum Umgang mit schwierigen Gefühlen  
in der Eltern-Kind-Interaktion

**Donnerstags 17:00 Uhr bis 18:40 Uhr, alle 2  
Wochen, jeweils in geraden Wochen**

Institut für Psychosoziale Prävention,  
Seminarraum 3. Stock  
Bergheimer Str. 54  
69115 Heidelberg

Prof. Dr. Svenja Taubner,  
Fabian Herrmann, M. Sc.



## Eltern-Fertigkeiten-Training

Liebe Eltern,

der Alltag mit Kindern und Jugendlichen kann Eltern in schwierige emotionale Situationen bringen. Diese Gefühle können so überwältigend sein, dass wir sie am liebsten vermeiden würden. Leider ist dies nicht immer die beste Lösung, da sich dadurch Konflikte in der Eltern-Kind-Beziehung aufschaukeln können. Deshalb möchten wir mit Ihnen in dieser Gruppe einen Umgang mit diesen schwierigen Gefühlen finden.

### Inhalte

- › Gefühle verstehen
- › Validieren von Gefühlen der Kinder
- › Beziehungen zu Kindern "reparieren"
- › Kinder motivieren
- › Kindern Grenzen setzen

### Ablauf

Das Angebot richtet sich an Eltern mit Kindern und Jugendlichen im Alter von 3-21 Jahren. Nach einem Vorgespräch können Sie an den Gruppensitzungen teilnehmen.

Die Kosten werden von den gesetzlichen Krankenkassen übernommen.

Privat versicherte Eltern unterstützen wir gerne bei einer Beantragung zur Kostenübernahme durch Ihre Krankenkasse.

Anmeldung und Fragen an:

Eltern-Fertigkeiten-Training.zpm@med.uni-heidelberg.de