

### **Ein Kurs für Eltern mit einer psychischen Erkrankung -Ressourcen der Eltern stärken-**

Das Gruppenangebot richtet sich an Mutter und Väter, die psychisch erkrankt sind. Es findet im SPZ des RehaVereins auf der Dahleener Straße 116 in Mönchengladbach Rheydt statt und ist für die Eltern kostenfrei.

Wir möchten mit Ihnen gemeinsame Ihre Stärken und Kräfte entdecken und Sie darin unterstützen...

- ... mit stressigen Situationen besser umzugehen.
- ... den Zusammenhang zwischen Gefühlen und Verhalten zu erkennen und neue Reaktionsweisen zu erlernen.
- ... die Sichtweisen der Kinde rund des Partners nachvollziehen zu können.
- ... die eigenen Fähigkeiten zu stärken, um Entlastung im Alltag und ein entspannteres Zusammenleben in der Familie zu erreichen.
- ... und Ihnen die Möglichkeit für den Austausch mit anderen Eltern zu geben.

Das Gruppenangebot ist ein Kooperationsangebot des RehaVereins und dem kath. Beratungszentrum.

Die Termine für 2018 finden Sie [hier](#) .

Wenn Sie mehr über den Elternkurs erfahren möchten, nehmen Sie Kontakt mit uns auf: [Anika Kretschmann](#)

oder

Judith Bader, kath. Beratungszentrum,

Tel.: 02161 898788

email: [judith.bader@bistum-aachen.de](mailto:judith.bader@bistum-aachen.de)

- [Download: Flyer Elternkurs](#)