



Elternseminar „Erwachsene Kinder begleiten“

Wenn Kinder erwachsen werden, ändert sich vieles im familiären Zusammensein. Junge Menschen möchten den natürlichen Impulsen nach Selbstbestimmung und Selbstverwirklichung folgen. Für viele Jugendliche ist dieser Weg nicht einfach, insbesondere, wenn psychische/körperliche Erkrankungen, Krisensituationen oder andere beeinträchtigenden Faktoren diesen Weg erschweren.

Auch für die Eltern ist das Loslassen von erwachsen werdenden oder erwachsenen Kindern oft eine große Herausforderung. Es ist nicht einfach sich auf diesen Entwicklungsprozess einzulassen, der viel gegenseitiges Vertrauen und Respekt erfordert. Es ist umso schwieriger, wenn Kinder durch eine Erkrankung oder andere Faktoren oder Lebensumstände beeinträchtigt sind. In diesen Fällen gestaltet sich der Loslösungsprozess anders – meist auf beiden Seiten. Auch kranke Kinder wollen sich löslösen und streben nach einem eigenständigen Leben, wobei Eltern eine große Unterstützung sein können.

Der gemeinsame Austausch, Offenheit und Respekt in der **Elterngruppe** schaffen einen vertrauensvollen Rahmen, wo Eltern sich gegenseitig unterstützen können bei dem Prozess des Erwachsenwerdens oder Erwachsenseins ihrer Kinder. Hier gibt es wichtige Impulse für eine wohlwollende und vertrauensvolle Begleitung Ihrer Kinder und wie Sie gleichzeitig Ihre eigenen Bedürfnisse und die Ihrer Partnerschaft sowie Ihren Lebensalltag (neu) gestalten können. Wichtig dabei sind unterstützende Verhaltensweisen und verbindende Kommunikation in den Familien, die den Prozess positiv gestalten.

Seminartermine: 3. Dienstag im Monat, 19.30 – 21.00 Uhr, eine Anmeldung ist erforderlich.

Veranstaltungsort: Forum am Park, Poststr. 11, Heidelberg

Information und Anmeldung:

VIVO e. V. Heidelberg

Tel. 0177-7701114 / Email beratung@vivo-hd.de

Dieses Selbsthilfeprojekt wird unterstützt vom Hilfsverein für Seelische Gesundheit BaWü und der Rhein-Neckar-Zeitung Heidelberg.