

“MOBILE”

Coaching-Gruppe
für psychisch
belastete Eltern



Ein Angebot für
betroffene Eltern
von minderjährigen
Kindern



Liebe Eltern

Eine psychische Erkrankung betrifft nicht nur eine Person, eine ganze Familie kann dadurch aus dem Gleichgewicht geworfen werden. Kinder haben feine Antennen. Sie beobachten genau, merken, wenn etwas nicht stimmt und reagieren darauf.

Sind Sie als Eltern von einer psychischen Erkrankung betroffen? Machen Sie sich Gedanken darüber, wie diese Ihre Kinder beeinflussen könnte? Möchten Sie sich in einer Gruppe gleichbetroffener Eltern austauschen?

Unser Angebot soll Eltern unterstützen, die psychische Erkrankung in alters- und familiengerechter Form zur Sprache zu bringen.

Abgestimmt auf die Stärken und Ressourcen von Eltern und Kindern sollen neue Handlungsspielräume und Unterstützungsmöglichkeiten entwickelt werden.

INFORMATIONEN ZUR COACHING-GRUPPE

Zielgruppe: Von psychischer Erkrankung betroffene Eltern von minderjährigen Kindern

Gruppengrösse: max. 8 Teilnehmende (Elternteile oder Paare)

Unser Angebot: Der Erfahrungsaustausch mit Gleichbetroffenen, Fachpersonen und ExpertInnen aus Erfahrung (Peers) soll das Einfühlungsvermögen für die eigenen Kinder erweitern und das Familiensystem stärken

Kursinhalte: → Ich und meine Familie
(Auszug) → Woran erkennen Kinder die Krankheit der Eltern?
→ Welche Fragen haben Kinder?
→ Was brauchen Kinder für eine gesunde Entwicklung?
→ Wer und was konkret im eigenen Umfeld kann helfen?
→ Altersgerechte Erklärungen und Mittel

Daten: Vier Abende
jeweils am Montag von 18.30 bis 20.15 Uhr

Ort: Tuchhof, Mühlebachstrasse 53, 8800 Thalwil
Knapp 10 Gehminuten vom Bahnhof Thalwil
Busverbindungen 140, 142, 145
Auto: Gemeindeparkhaus Thalwil

Kosten: Die Teilnahme ist kostenlos

ANMELDUNG UND WEITERE INFOS

Kontakt Lesly Luff
E-Mail mobile_elterncoaching@bluewin.ch
Telefon 077 465 01 90

LEITUNG / TEAM

Lesly Luff

Kursleitung, Peer*, Eltern- und Erwachsenenbildnerin FA
RPK Horgen / Affoltern

Myriam Leupin

M. Sc. Psychologin, KJPP Horgen

Simon Grunauer

lic. phil. Psychologe, KJPP Horgen

Miriam Steck

Peer* / Genesungsbegleiterin Sanatorium Kilchberg

* *Expertin aus Erfahrung (Betroffene)*

Ein Kooperationsprojekt von:

- RPK Regionale Psychiatriekommission Horgen – Affoltern a.A.
- KJPP Klinik für Kinder und Jugendpsychiatrie und Psychotherapie,
Ambulatorium Horgen KJPP Horgen
- Sanatorium Kilchberg AG

Unterstützt durch:

- Katholische Landeskirche Zürich
- Tuchhof, Gemeinde Thalwil