

In der Schwangerschaft beginnen sich werdende Eltern bereits die ersten Fragen um die Geburt und die Zeit danach zu stellen.

- Was kann ich tun, wenn das Baby schreit und nicht einschlafen will?
- Welche Grenzen braucht mein Baby?
- Wie entsteht Verwöhnung?
- Wie gehe ich mit den Wutanfällen um?
- Krippe/Fremdbetreuung? Ja, nein oder wie?
- Was bedeutet Bindung und was kann ich für eine gute Bindung tun?

Wir wollen Sie mit dem Gruppenangebot durch diese aufregende Zeit begleiten. Das Angebot teilt sich in zwei Module auf. Zu jedem Modul gibt es einen „gemeinsamen Elterntag“ welcher an einem Samstag stattfindet.

Die Inhalte des Kurses sind wissenschaftlich belegt und fundiert. Die Gruppenstunden bieten auch ausreichend Zeit für Entspannung und Austausch.

Ziel des Kurses ist es Ihnen Sicherheit im Umgang mit Ihrem Baby zu vermitteln und aufzuzeigen, wie eine sichere Bindung zwischen Ihnen und Ihrem Baby wachsen kann.

Modul I- Während der Schwangerschaft

Inhalt

- Bindung als sichere Basis
 - Die Bedeutung von Feinfühligkeit im Umgang mit dem Baby
 - Die Signale des Babys lesen lernen
- Körperliche und psychische Veränderungen
- Meine Vorstellung vom Muttersein / Vatersein/ Familie
- Kennenlernen von Möglichkeiten der Selbstfürsorge

- Elterntag „Wir zu dritt“.
Von der Paarbeziehung zur Elternbeziehung. Wie stelle ich mir meine Vaterschaft vor? Vorbereitung auf die Ankunft des Kindes und die Zeit danach. Die Bedeutung von Bindung im 1. Lebensjahr.

Methoden

- Gespräche, Videoanalyse und Kleingruppenarbeit, Entspannungsübungen.
- Unser Anliegen ist es, dass Sie in einer entspannten, angenehmen Atmosphäre möglichst viele gute Anregungen mitnehmen können.
- Jederzeit können Sie bei Bedarf eine Einzel- oder Paarberatung in Anspruch nehmen.

Modul II - nach der Geburt bis zum 5. Lebensmonat

Inhalt

- Im Modul I kennengelernte und erarbeitete Inhalte können nun mit eigenen Erfahrungen gefüllt werden:
- Begrüßung des Babys
- Die Ernährung des Babys
- Das Schlafverhalten des Babys
- Die Entwicklung des Babys
- Das gemeinsame Spiel
- Unterschied Verwöhnung und Feinfühligkeit

- „Wir zu dritt“.
Die Partnerschaft nach der Geburt und wie fühle ich mich in der neuen Rolle als Vater und Mutter? Austausch in der Gruppe: wie meistern andere Familien die Herausforderungen des Alltags? Wie stärken wir uns als Eltern, Paar und Familie?





Angela Bredel-Michael
Dipl. Sozialpädagogin
(FH)

Alexandra Jakob
Staatlich anerkannte
Heilpädagogin

Gruppenleitung

Die Gruppe wird von Mitarbeiterinnen der Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche geleitet.

Alternatives Angebot

Sollten Sie nicht an einer Gruppe teilnehmen wollen, aber trotzdem Beratung wünschen, wenden Sie sich gerne an uns: Telefonnummer: 08092/23241-30.

Kooperation

Das Angebot entstand im Rahmen des Beratungsangebotes für Eltern mit Babys und Kleinkindern/Schreibbabyberatung und auf Initiative der KoKi – „Netzwerk Frühe Kindheit“ des Landratsamtes.

Veranstaltungsort

Caritas Beratungsstelle für Eltern,
Kinder und Jugendliche
Bahnhofstr. 1
85567 Grafing

Telefon 08092 / 23241-30
Telefax: 08092 / 2 37 96

E-mail:
eb-egersberg@caritasmuenchen.de
Internet:
www.caritasebersberg.de

Telefonische Anmeldung ab sofort:

Mo - Fr 8.30 — 11.30 Uhr

Kosten:

Das Angebot ist für Sie kostenfrei.



Bayerisches Staatsministerium für
Arbeit und Soziales, Familie und Integration

Dieses Projekt wird aus Mitteln des Bayerischen Staatsministeriums für Arbeit und Sozialordnung, Familie und Integration gefördert



Caritas

Nah. Am Nächsten

„Von Anfang an“

Eine Gruppe für

(werdende)

Mütter und Väter

