



Veranstaltungen und Termine 2023

**Beratungsstelle für Eltern,
Jugendliche und Kinder**

Familien- und Erziehungsberatung für Bonn
und den Rhein-Sieg-Kreis



Kontakt:

Familien- und Erziehungsberatungsstelle für Bonn und den Rhein-Sieg-Kreis

Hans-Iwand-Straße 7, 53113 Bonn

Tel. 0228 223088, Fax 0228 241272

erziehungsberatung@caritas-bonn.de

www.caritas-bonn.de

www.beratung-caritasnet.de

Liebe Teilnehmerinnen und Teilnehmer unserer präventiven Veranstaltungen,

ich freue mich, dass wir Ihnen bzw. euch, liebe Kinder und Jugendliche, auch im neuen Jahr 2023 ein vielseitiges Programm, zum Teil auch mit neuen Angeboten und Formaten, anbieten können.



Erstmals kann man sich nun auch über den QR-Code direkt bei uns online anmelden sowie sich über Termine oder ggf. Änderungen auf unserer neuen Website unter www.caritas-bonn.de informieren.

Gerne nehmen wir auch Anregungen zu unseren Seminaren, Workshops und Gruppenveranstaltungen entgegen.

Ich wünsche allen wieder eine anregende und bereichernde Teilnahme!

Bonn, Dezember 2022

Birgit Mehren-Heindrichs
Leiterin der Beratungsstelle

Inhaltsverzeichnis

Angebote für Eltern

Umgang mit Herausforderungen und Krisen	8
Stress mit Schulen und Schulaufgaben?	8
Was will er/sie mir sagen?	9
Abenteuer Vaterschaft	9
Workshops für alleinerziehende Mütter	10
Angekommen in Deutschland?!	10
Macho oder Muttersöhnchen?	11
Kinder im Blick	11

Veranstaltungsreihe „Herausforderung: Pubertät“

1 „Alte(r) – du kannst mich mal gern haben!“	12
2 „Ich geh doch nicht zum Psychologen – ich bin doch nicht verrückt!“	12
3 „Alles online oder was?!“	12
4 „Ich hab keinen Bock auf Schule!“	12
5 „Lass mich in Ruhe, ich will nicht mit dir reden!“	13
6 „Hast du Haschisch in der Tasche?“	13
7 Diskussions- und Abschlussabend mit Ihren Kindern: Wie kann Ablösung gut gelingen und wie können Konflikte gelöst werden?	13

Mehrsprachigkeit – Multilingualismus in der Familie	14
---	----

Veranstaltungsreihe: Elterncafé online (über ZOOM)

1 Wenn Kinder Angst haben – Kinderängste verstehen und begleiten	14
2 Geschwister als Team? Chancen und Risiken einer besonderen Beziehung	15
3 Vom Kitakind zum Schulkind – Den Übergang gemeinsam meistern	15

Das kommt in den besten Familien vor	16
Wo komme ich her, wo gehe ich hin?	16

Gruppenangebote für Kinder und Jugendliche

Meine Eltern sind AUCH geschieden	18
Identitätsfindung zwischen zwei Kulturen	18
Entspannung für Kinder	19
Nicht Fisch, nicht Fleisch	19
Wann ist ein Mann ein Mann?	20
Stress-Präventionsprogramm „SNAKE“	20

Angebote für Fachkräfte

ADHS: Erkennen, diagnostizieren und kompetent behandeln	22
Autismus-Spektrum-Störung	22
Diagnose: „Junge“ – Die Pathologisierung eines Geschlechts	23
Systemische Elternarbeit in Kita und offenen Ganztagschulen	24
Traumata richtig erkennen und adäquat angehen	24
Als Lehrkraft die richtigen Worte finden	25
Kindeswohlgefährdung erkennen und kompetent handeln	25

Zusätzliche Veranstaltungen in Familienzentren in Bonn und dem Rhein-Sieg-Kreis

Kindern Halt geben - Konsequenz, Grenzsetzung und gesunde Einfühlung in der Erziehung	28
Elterncafé	28
Vom Kita-Kind zum Schulkind - den Übergang gemeinsam meistern	28
„Nein heißt Nein“ - Konsequente Grenzsetzung im Kindergartenalter	29

Liste der Referentinnen und Referenten	30
Anmeldung und Information	31





Angebote für Eltern

Umgang mit Herausforderungen und Krisen

Wie kann ich erfolgreich mit Herausforderungen und Krisen in Partnerschaft, Familie und Erziehung, im Arbeitsleben oder in persönlichen Beziehungen umgehen und dabei eigene Resilienzfaktoren erkennen und stärken?

Termin: Donnerstag, 16. März 2023
18:00 bis 20:00 Uhr
Leitung: Birgit Mehren-Heindrichs
Dr. Peter Conzen



Stress mit Schule und Schulaufgaben?

Info-Abend für Eltern von Grundschulkindern

Reizthema Hausaufgaben: Was macht Schulerfolg aus, und wie kann ich mein Kind dabei sinnvoll unterstützen?

Termin: Montag, 20. März 2023
18:00 bis 20:00 Uhr
Leitung: Bettina Kesternich



Was will er/sie mir sagen?

Kommunikation in bikulturellen Familien (mit Kinderbetreuung)

Austausch über spezifische Fragen und Herausforderungen bei der Kommunikation in binationalen Ehen sowie bei Fragen der interkulturellen Erziehung.

Termine: Dienstag, 21. März 2023
15:00 bis 18:00 Uhr
Leitung: Sofia Sombra de Longwitz



Abenteuer Vaterschaft

(Kooperation mit pro familia, esperanza)

„Vater sein“ heute ist eine echte Herausforderung und alte Rollenbilder bieten wenig Orientierung. Mit der Frage wie Partnerschaft, Vaterschaft und Beruf „unter einen Hut“ zu bekommen sind, steht Mann oft allein da. Trotz aller An- und Herausforderungen sind wir uns einig: Kinder brauchen Väter. Gemeinsam wollen wir dem Abenteuer Vaterschaft Zeit, Raum und Austauschmöglichkeiten geben.

Termine: 4 Abende in 14-tägigem Abstand,
Termine (April-Juni) bitte im Sekretariat erfragen
oder unserer Website entnehmen: www.caritas-bonn.de
Leitung: Gregor Bünnagel (Beratungsstelle)
Marcel Maus (esperanza)
Rainer Opitz (pro familia)

Angebote für alleinerziehende Mütter (mit Kinderbetreuung)

1. Workshop zum Thema Selbstfürsorge sowie Zeit- und Stressmanagement im Alltag von Alleinerziehenden.

Termin: Freitag, 28. April 2023, 15:00 bis 18:00 Uhr

Leitung: Yvonne Luzar
Kathrin Vogt

2. Kreativworkshop: Im Hinblick auf die besonderen familiären Belastungen, Zugang zu inneren Kraftquellen und Ressourcen finden. Dies erfolgt anhand kunsttherapeutischer Methoden und dem Einsatz entsprechender Materialien.

Termin: Samstag, 01. Dezember 2023
10:00 bis 14:00 Uhr

Leitung: Birgit Mehren-Heindricks
Anne Schulz



Angekommen in Deutschland?!

Gesprächsgruppe für Mütter mit Zuwanderungs- und Fluchterfahrung

Wie sieht aktuell mein Leben in Deutschland aus? Was bedeutet dieses neue Leben für mich und meine Familie? Welche Auswirkungen hat dies auf meine Kindererziehung und Alltagsgestaltung? Wie kann ich die anstehenden Herausforderungen meistern? Welche Chancen und Perspektiven sehe ich für mich und meine Familie?

Termine: Dienstag, 09. und 16. Mai 2023
16:30 bis 18:30 Uhr

Leitung: Dr. Eman Abusaada





Macho oder Muttersöhnchen?

Jungen in der Pubertät. Ein Seminar für Mütter und Väter von männlichen Jugendlichen

Termin: Samstag, 13. Mai 2023
10:00 bis 15:00 Uhr
Leitung: Bernd Kinder



Kinder im Blick

(Kooperation mit der Evangelischen Beratungsstelle Bonn)

Ein Kurs für Eltern in Trennung

Positive Beziehungsgestaltung zum Kind und Förderung seiner Entwicklung. Wie kann ich den Kontakt zum anderen Elternteil im Sinne meines Kindes gestalten? Was kann ich tun, um Stress mit dem anderen Elternteil zu vermeiden und abzubauen?

Termine: montags: 28.08./ 11.09./ 25.09./
16.10./ 06.11./ 20.11.
und 04.12.2023
18:00 bis 21:00 Uhr

Leitung: Bettina Rosenthal
Kai Enters (Evangelische Beratungsstelle)



Veranstaltungsreihe „Herausforderung: Pubertät“

Erneut bietet die Erziehungsberatungsstelle eine 6-teilige Veranstaltungsreihe „Herausforderung: Pubertät“ für Eltern pubertierender Kinder an. Die einzelnen Veranstaltungen sollen – jeweils unter einem Schwerpunktthema – sowohl theoretische Kenntnisse über das Jugendalter als auch praktische „Tipps“ im Umgang mit den pubertierenden Kindern vermitteln. Dabei soll der Austausch untereinander nicht zu kurz kommen.

Die Anmeldung/ Teilnahme kann einzeln oder auch zusammen vorgenommen werden.



1

„Alte(r) – du kannst mich mal gern haben!“

Umgang mit Konflikten im Jugendalter

Termin: Dienstag, 05. September 2023, 18:00 bis 19:45 Uhr

2

„Ich geh doch nicht zum Psychologen – ich bin doch nicht verrückt!“

Krisen und psychische Auffälligkeiten im Jugendalter und mögliche Hilfen

Termin: Dienstag, 12. September 2023, 18:00 bis 19:45 Uhr

3

„Alles online oder was?!“

(Kooperation mit update, Fachstelle für Suchtprävention)

Info-Abend zum Medienkonsum:

Jugendliche zwischen virtueller Welt und Realitätsanforderungen

Termin: Dienstag, 19. September 2023, 18:00 bis 19:45 Uhr

4

„Ich hab keinen Bock auf Schule!“

Wie können Eltern mit Leistungseinbrüchen in der Pubertät umgehen?

Termin: Dienstag, 29. September 2023, 18:00 bis 19:45 Uhr



5

„Lass mich in Ruhe, ich will nicht mit dir reden!“

Beziehungsgestaltung mit Jugendlichen – Wie kann diese gut gelingen?

Termin: Dienstag, 17. Oktober 2023, 18:00 bis 19:45 Uhr

6

„Hast du Haschisch in der Tasche?“

(Kooperation mit update, Fachstelle für Suchtprävention)

Drogen-, Alkoholkonsum und Suchtgefährdung im Jugendalter

Termin: Dienstag, 24. Oktober 2023, 18:00 bis 19:45 Uhr

7

Diskussions- und Abschlussabend gemeinsam mit Ihren Kindern: Wie kann Ablösung gut gelingen und wie können Konflikte gelöst werden?

An diesem Abend besteht die Möglichkeit, gemeinsam mit Ihren Kindern die behandelten Themen zu diskutieren und Lösungsmöglichkeiten zu finden. Dabei soll dem Standpunkt Ihrer Kinder viel Raum gegeben werden.

Termin: Dienstag, 31. Oktober 2022, 18:00 bis 19:45 Uhr

Leitung: Bernd Kinder

Mehrsprachigkeit – Multilingualismus in der Familie (mit Kinderbetreuung)

Vortrag und Erfahrungsaustausch für Eltern aus unterschiedlichen Kulturen

Sprachentwicklung von mehrsprachigen Kindern, Spracherziehungsmethode, „Frühkindlicher Trilinguismus“

Termin: Donnerstag, 07. September 2023
15:00 bis 18:00 Uhr

Leitung: Sofia Sombra de Longwitz



Veranstaltungsreihe: Elterncafé online (über ZOOM)

Zu jedem Thema gibt es einen Input mit fachlichen Informationen zum Thema sowie Raum für Fragen und den Austausch mit anderen Eltern.

Jede Veranstaltung kann separat besucht werden.



1

Wenn Kinder Angst haben – Kinderängste verstehen und begleiten

- Warum brauchen Kinder Ängste?
- Welche Ängste sind für die jeweilige Entwicklungsphase typisch?
- Wie kann ich als Elternteil mein Kind mit seiner Angst hilfreich begleiten?
- Welche Ängste sind normal und wann braucht man professionelle Hilfe?
- Leseempfehlungen für Große und Kleine zum Thema Angst

Termin: Freitag, 22. September 2023, 13:00 bis 14:30 Uhr

Leitung: Kathrin Vogt

2

Geschwister als Team? Chancen und Risiken einer besonderen Beziehung

- Schön und schwierig - Beziehungen unter Geschwistern
- Nesthäkchen oder Sandwichkind - der Einfluss von Rollen und Positionen
- Gerechtigkeit und Gleichbehandlung - was ist realistisch und sinnvoll
- Wieviel Geschwisterstreit ist normal und wie kann ich als Elternteil damit umgehen
- Was können wir als Eltern tun (und lassen), um das Geschwisterteam zu stärken?

Termin: Freitag, 27. Oktober 2023, 13:00 bis 14:30 Uhr

Leitung: Kathrin Vogt

3

Vom Kitakind zum Schulkind – Den Übergang gemeinsam meistern

- Was macht ein Vorschulkind aus?
- Braucht es eine besondere Vorbereitung auf die Schule?
- Wie können Eltern und Kinder dem Schulanfang gelassen entgegensehen?
- Wie stärken wir unser Kind für die anstehende Veränderung?
- Welche Fragen, Hoffnungen und Befürchtungen habe ich als Elternteil?

Termin: Freitag, 17. November 2023, 13:00 bis 14:30 Uhr

Leitung: Katharina Kurz
Kathrin Vogt

Das kommt in den besten Familien vor

Workshop zu Themen von Familiendynamik und Familientherapie

Termin: Samstag, 28. Oktober 2023
10:00 bis 17:00 Uhr
Leitung: Dr. Peter Conzen



Wo komme ich her, wo gehe ich hin?

Die lebenslange Prägung durch unsere Herkunftsfamilie und die Auswirkungen auf unsere gegenwärtigen Beziehungen.

Termine: Freitag, 03. November 2023
16:00 bis 20:00 Uhr
Samstag, 04. November 2023
10:00 bis 16:00 Uhr
Leitung: Dr. Peter Conzen
Gabriele Zimmer-Gierenstein





Gruppenangebote für Kinder und Jugendliche

Meine Eltern sind AUCH geschieden

Gruppe für Kinder im Alter von 8 bis 10 Jahren

Spielerisch-pädagogischer Zugang zu den Themen Verlustängste, Trauer, Zerrissenheit – sowie gemeinsame Aktivitäten und Spiele

Termine: donnerstags: 02.03./ 09.03./ 16.03./ 23.03./ 30.03./ 20.04./
27.04./ 04.05./ 11.05./ 25.05./ 01.06. und 15.06.2023

(zusätzlich 1 Elterninformationsabend)

15:00 bis 17:00 Uhr

Leitung: Bettina Rosenthal



Identitätsfindung zwischen zwei Kulturen

Workshop für Mädchen mit Migrationshintergrund im Alter von 14 bis 17 Jahren

Hast Du auch manchmal Stress mit Deinen Eltern, im Freundeskreis oder in der Schule? Wie fühlst Du Dich damit, zwischen zwei Kulturen zu leben?

Termine: dienstags, 06., 13. und 20. Juni 2023

16:00 bis 18:00 Uhr

Leitung: Sofia Sombra de Longwitz

Dr. Eman Abusaada



Entspannung für Kinder

Ein Sommerferien-Angebot für Kinder von 8 bis 12 Jahren

Fühlst Du Dich vom Alltag häufig gestresst? Hast Du Probleme beim Einschlafen oder bist Du sehr nervös vor Klassenarbeiten?

Hier kannst Du Techniken lernen, die Dir dabei helfen, mit stressigen Situationen besser umzugehen. Bitte ein kleines Kissen mitbringen.

Termine: dienstags, 27. Juni, 04., 11. und 18. Juli 2023
11:00 bis 12:30 Uhr

Leitung: Bettina Kesternich



Nicht Fisch, nicht Fleisch

Gruppenangebot für Jugendliche mit Migrationshintergrund im Alter von 15-17 Jahren auf der Suche nach Identität

Fühlst Du Dich auch schon mal hin- und hergerissen? Hast Du Lust, Dich mit anderen in gleichen Situationen auszutauschen?

Termine: Mittwoch, 06. und 20. September 2023
16:30 bis 18:30 Uhr

Leitung: Andreas Balkenhol
Dr. Eman Abusaada



Wann ist ein Mann ein Mann?

Ein Gruppenangebot für Jungen zwischen 14 und 18 Jahren, die sich mit Gleichaltrigen austauschen und mehr über sich erfahren möchten

Familie, Eltern, Freunde, Ängste, Depressionen, Beziehung, Sexualität, Männlichkeit, Suchtmittel (Drogen, Alkohol, Medien), Schule, Beruf, Hobbys, Interessen, Ablösung von den Eltern

Termine: laufende Gruppe, im 14-tägigen Abstand

Anmeldung

und Auskünfte: bernd.kinder@caritas.bonn.de

Leitung: Bernd Kinder

Stress-Präventionsprogramm „SNAKE“

Angebot für Jugendliche im Alter von 13 bis 15 Jahren

Stress in der Schule, Probleme mit Freunden oder in der Familie, kennst Du auch solche Situationen?

In diesem Stresspräventionsprogramm können wir gemeinsam erarbeiten, wie Du mit solchen Situationen am besten umgehen kannst.

Termine werden noch bekannt gegeben

Anfragen bitte über das Sekretariat

Leitung: Jennifer Purwien





Angebote für Fachkräfte

ADHS: Erkennen, diagnostizieren und kompetent behandeln

Ein Überblick für Eltern, Erziehende und Grundschullehrkräfte

Was heißt hyperaktiv? Was beinhaltet das Störungsbild ADHS? Was sind sinnvolle Therapiemethoden?

Termin: Freitag, 10. März 2023, 15:00 bis 19:00 Uhr

Leitung: Claudia Bongartz



Autismus-Spektrum-Störung

Ein Überblick für Erziehende und Grundschullehrkräfte

Was bedeutet Autismus-Spektrum-Störung (ASS)? Was beinhaltet das Störungsbild? Wie kann ich die Entwicklung eines Kindes mit ASS sinnvoll fördern? Was sind sinnvolle Angebote außerhalb der Kita oder Schule?

Termin: Dienstag, 28. März 2023, 16:00 bis 18:00 Uhr

Leitung: Katharina Kurz





Diagnose: „Junge“ – Die Pathologisierung eines Geschlechts

Ein Seminar für Lehrkräfte und pädagogische Fachkräfte zum Thema
“Verständnis und Umgang mit (schwierigen) Jungen“

Termine: Samstag, 03. Juni 2023, 10:00 bis 15:00 Uhr

Leitung: Bernd Kinder



Systemische Elternarbeit in Kita und offenen Ganztagschulen

Workshop für pädagogische Fachkräfte

Nutzen des systemischen Ansatzes zur Führung konstruktiver Gespräche mit Eltern

Termin: Mittwoch, 16. August 2023, 16:00 bis 18:00 Uhr

Leitung: Sofia Sombra de Longwitz
Andreas Balkenhol



Traumata richtig erkennen und adäquat angehen

Ein Workshop für Fachkräfte aus dem sozialen und schulischen Bereich

Termin: Freitag, 25. August 2023,
15:30 bis 18:00 Uhr

Leitung: Andreas Balkenhol



Als Lehrkraft die richtigen Worte finden

Anregungen für Lehrkräfte auf der Grundlage von Gesprächstherapie, Psychoanalyse und systemischer Therapie

Fachliche Anregungen zur gelungenen Gesprächsführung mit Schülerinnen und Schülern, Eltern, Kolleginnen und Kollegen und Vorgesetzten.

Termine: Freitag, 10. November 2023
16:00 bis 20:00 Uhr
Samstag, 11. November 2023
10:00 bis 17:00 Uhr
Leitung: Dr. Peter Conzen



Kindeswohlgefährdung erkennen und kompetent handeln

Für Fachkräfte, die mit Kindern und Jugendlichen arbeiten

Termin: Dienstag, 28. November 2023, 18:00 bis 20:00 Uhr
Leitung: Yvonne Luzar







**Zusätzliche Veranstaltungen in Familien-
zentren in Bonn und dem Rhein-Sieg-Kreis**

Kindern Halt geben – Konsequenz, Grenzsetzung und gesunde Einfühlung in der Erziehung

Ort: Kath. Familienzentrum St. Margareta,
Walzenrather Str. 10, 53819 Neunkirchen-Seelscheid

Termin: Dienstag, 21. März 2023, 19:00 Uhr
Referent: Dr. Peter Conzen
Anmeldung: Telefon: 02247 - 2313

Elterncafé im Kindergarten Niederkassel

Ort: Kath. Kindertagesstätte St. Ägidius
Ommerichstr. 68, 53859 Niederkassel

Termin: Montag, 18. September 2023, 14:00 – 18:00 Uhr
Referentin: Claudia Bongartz
Anmeldung: Telefon: 02208 - 4630

Vom Kitakind zum Schulkind - Den Übergang gemeinsam meistern

Ort: Kath. Kindertagesstätte St. Sebastian
Heiligersstraße 19, 53332 Bornheim-Roisdorf

Termin: Dienstag, 17. Oktober 2023, 19:00 Uhr
Referentin: Katharina Kurz
Anmeldung: Telefon: 02222 - 3730



„Nein heißt Nein“ - Konsequente Grenzsetzung im Kindergartenalter

Ort: Kath. Kindertagesstätte St. Augustinus
Gottfried-Kinkel-Straße 11, 53123 Bonn

Termin: Donnerstag, 23. November 2023, 19:00 - 20:30 Uhr

Referentin: Bettina Rosenthal

Anmeldung: Telefon: 0228 - 62641

Referentinnen und Referenten

Intern:

Abusaada, Eman	Dr. phil., Sozialarbeiterin M.A.
Balkenhol, Andreas	Diplom-Sozialarbeiter
Bongartz, Claudia	Diplom-Sozialpädagogin
Bünnagel, Gregor	Pastoralreferent
Kesternich, Bettina	Diplom-Heilpädagogin
Kinder, Bernd	Diplom-Psychologe, Psychologischer Psychotherapeut
Kurz, Katharina	M. Sc. Psychologin
Luzar, Yvonne	Diplom-Sozialpädagogin
Mehren-Heindrichs, Birgit	Diplom-Sozialpädagogin
Möltgen, Petra	Diplom-Sozialpädagogin
Purwien, Jennifer	Diplom-Sozialpädagogin
Rosenthal, Bettina	Diplom-Sozialpädagogin
Sombra de Longwitz, Sofia	Diplom-Sozialpädagogin
Vogt, Kathrin	Diplom-Psychologin

Extern:

Conzen, Peter	Dr. phil., Diplom-Psychologe, Psychologischer Psychotherapeut
Enters, Kai	Diplom-Sozialpädagoge (Evangelische Beratungsstelle)
Maus, Marcel	Diplom-Sozialpädagoge (esperanza)
Opitz, Rainer	Fachberater Männergesundheit (profamilia)
Schulz, Anne	Kunsttherapeutin
Zimmer-Gierenstein, Gabriele	Diplom-Psychologin

Fachliche Zusatzqualifikationen

Systemische Familientherapie, Paarberatung, Kinder und Jugendtherapie, Gestalttherapie, Familien- und Erziehungsberatung (BKE), Videogestützte Entwicklungsberatung, Fachberatung Psychotraumatologie, Traumapädagogik, traumazentrierte Fachberatung, Kinderschutzfachkraft, Supervision, Mediation

Anmeldung und Information:

Tel. 0228 223088 oder
erziehungsberatung@caritas-bonn.de
www.caritas-bonn.de

Alle Veranstaltungen sind kostenlos und finden, in Kooperation mit dem Katholischen Bildungswerk Bonn, in den Räumen der Beratungsstelle für Eltern, Jugendliche und Kinder statt (sofern nicht anders angegeben).

Beratungsstelle für Eltern, Jugendliche und Kinder
Hans-Iwand-Straße 7, 53113 Bonn

Für alle Veranstaltungen ist eine Voranmeldung erforderlich.

Ihre Spende hilft:
IBAN: DE17370501981921921928



