



Veranstaltungen und Termine 2025

**Beratungsstelle für Eltern,
Jugendliche und Kinder**

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



Kontakt:

Beratungsstelle für Eltern, Jugendliche und Kinder
Familien- und Erziehungsberatung für Bonn und
den Rhein-Sieg-Kreis
Hans-Iwand-Straße 7 · 53113 Bonn
Telefon 0228/ 223088
erziehungsberatung@caritas-bonn.de

Liebe Teilnehmerinnen und Teilnehmer unserer präventiven Veranstaltungen,

wir freuen uns sehr, Ihnen unsere Angebote rund um die Themen
Erziehung und Familie vorstellen zu können.

Sie richten sich an

- Eltern und Erziehungsberechtigte,
 - Jugendliche, Kinder und
 - pädagogische Fachkräfte
- aus der Stadt Bonn und dem Rhein-Sieg-Kreis.

Das Team der Familienberatungsstelle hat aktuelle Themen aus der
Beratungsarbeit aufgegriffen und je nach Thema und Zielgruppe unter-
schiedliche Formate gewählt, um zu informieren und allen Interessierten
die Möglichkeit zum Austausch zu bieten. Bitte beachten Sie auch die
Gruppenangebote für Kinder und Jugendliche.
Der überwiegende Teil der Vorträge, Kurse, Seminare und Gruppen wird
vom Team der Familien- und Erziehungsberatungsstelle selbst bestritten.
Darüber hinaus danken wir unseren Referent*innen und Kooperations-
partner*innen für ihre Mitwirkung und Unterstützung am Jahresprogramm
2025.

Gerne nehmen wir Anregungen zu unseren Seminaren, Workshops und
Gruppenveranstaltungen von Ihrer Seite auf.
Wir wünschen Ihnen eine bereichernde und erfolgreiche Teilnahme an den
Veranstaltungen!

Für das Team
Ihr Hartmut Genings

Bonn, Dezember 2024

Inhaltsverzeichnis

Angebote für Eltern und Erziehungsberechtigte

Mit Herausforderungen und Krisen erfolgreich umgehen	8
Stress mit Schule und Hausaufgaben?	8
In schwierigen Situationen die richtigen Worte finden Anleitung zur gelungenen Gesprächsführung	9
Alleinerziehend nach der Flucht – starke Mütter, starke Kinder, starke Zukunft	9
Veranstaltung „Herausforderung: Pubertät“	10
“Opa, du fehlst mir” - Kinder angstfrei begleiten bei Abschied, Tod und Trauer Seminar für Eltern und pädagogische Fachkräfte	10
„Psychische Erkrankungen bei Jugendlichen” erkennen und Handeln	11
Kinder im Blick - ein Kurs für Eltern in Trennung	11
Liebevolle und angemessene Begleitung kindlicher Sexualentwicklung	12
Familienbeziehungen, Familiendynamik - Ein lebenslang prägendes Thema	12
Mehrsprachigkeit – Multilingualismus in der Familie (mit Kinderbetreuung)	12

Gruppenangebote für Kinder und Jugendliche

„Ich schaff’s“ – Lösungsorientierte Gruppe zur Selbstwertstärkung	16
Entspannung für Kinder	16
Identitätsfindung zwischen zwei Kulturen	17
Wann ist ein Mann ein Mann?	17

Angebote für Fachkräfte

ADHS: Erkennen, diagnostizieren und kompetent behandeln	20
Systemische Elternarbeit in Kita und offenen Ganztagschulen	20
“Opa, du fehlst mir” - Kinder angstfrei begleiten bei Abschied, Tod und Trauer. Seminar für Eltern und pädagogische Fachkräfte	22
Sexuelle Bildung in der Kindertagesstätte	22
Systemische Sicht auf herausforderndes Verhalten von Kindern	23



Angebote für Eltern und Erziehungsberechtigte

Mit Herausforderungen und Krisen erfolgreich umgehen

Mit Herausforderungen und Krisen erfolgreich umgehen

Wie kann ich erfolgreich mit Herausforderungen und Krisen in Partnerschaft, Familie und Erziehung, im Arbeitsleben oder freundschaftlichen Kontakten umgehen und dabei eigene Resilienz-Faktoren erkennen und stärken - diese Themen sollen an diesem Tag in einer Mischung aus fachlichem Input und Gruppendiskussion besprochen werden.

Termin: Samstag, 08. März 2025, 10:00 bis 17:00 Uhr

Leitung: Dr. Peter Conzen, Dipl.-Psychologe

Stress mit der Schule oder den Hausaufgaben?

Info-Abend für Eltern von Grundschulkindern

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

Termin: Mittwoch, 26. März 2025, 18:00 bis 20:00 Uhr

Leitung: Bettina Kesternich, Dipl.-Heilpädagogin, Lerntainerin

In schwierigen Situationen die richtigen Worte finden – Anleitung zur gelungenen Gesprächsführung

Wie kann man in schwierigen Situationen, Auseinandersetzungen in der Familie, im Freundeskreis oder Berufsleben, die richtigen Worte finden, damit Konflikte sich nicht weiter verhärten? Wie kann eine gelungene Gesprächsführung Vertrauen, wechselseitiges Interesse und Sympathie stärken? Diesen Fragen soll an zwei Abenden in einer Mischung aus fachlichem Input, Gruppendiskussion und der Arbeit an Fallbeispielen nachgegangen werden.

Termin: Freitag, 04. April 2025 und Freitag, 11. April 2025

jeweils von 17:00 bis 20:00 Uhr

Leitung: Dr. Peter Conzen, Dipl.-Psychologe

Alleinerziehend nach der Flucht – starke Mütter, starke Kinder, starke Zukunft

Die Gruppe bietet alleinerziehenden Müttern mit Fluchterfahrung einen geschützten Raum, in dem sie ihre individuellen Herausforderungen reflektieren und gemeinsam Lösungsansätze entwickeln können. Der Fokus liegt auf der Förderung von Resilienz, der Stärkung elterlicher Kompetenzen und der Unterstützung bei der Integration in die neue Lebensumgebung. Die Gruppe ermöglicht zudem die Vernetzung mit anderen Müttern in ähnlichen Lebenssituationen, wodurch soziale Isolation reduziert, und gegenseitige Unterstützung gefördert wird.

Termine: dienstags, 29. April 2025, 06. Mai 2025, 13. Mai 2025 (3 Termine)

jeweils von 11:00 bis 12:30 Uhr

Leitung: Dr. Eman Abusaada, Sozialarbeiterin MA



Veranstaltung „Herausforderung: Pubertät“

Vortrag und Erfahrungsaustausch für Eltern aus unterschiedlichen Kulturen. Eine Veranstaltung für Eltern von Jugendlichen. Austausch und Informationen zu den Themen: Medien, Sucht, Schule, Umgang mit Konflikten, psychische Probleme u.a.

Termine: Freitag, 06. Juni 2025, 18:00 bis 22:00 Uhr
Samstag, 07. Juni 2025, 10:00 bis 15:00 Uhr
Leitung: Bernd Kinder, Dipl.-Psychologe, Psychologischer Psychotherapeut

“Opa, du fehlst mir” - Kinder angstfrei begleiten bei Abschied, Tod und Trauer Seminar für Eltern und pädagogische Fachkräfte

Wie begreifen Kinder abhängig von der jeweiligen Entwicklungsphase Sterben und Tod? Wie spreche ich als Erwachsener ehrlich und kindgerecht über dieses schwierige Thema mit Kindern? Was sind Merkmale kindlicher Trauer? Vorstellung von Büchern, Geschichten, kreativen Ausdrucksmöglichkeiten und hilfreichen Ritualen.

Termin: Mittwoch, 07. Mai 2025 von 16:00 bis 18:00 Uhr
Leitung: Kathrin Vogt, Dipl.-Psychologin
Bettina Rosenthal, Dipl.-Sozialpädagogin

„Psychische Erkrankungen bei Jugendlichen“ Erkennen und Handeln

Eine Informations- und Diskussionsveranstaltung zum Thema „psychische Erkrankungen“ bei Jugendlichen:

1. Woran erkenne ich psychische Probleme bei Jugendlichen?
2. Welche Formen von Erkrankungen gibt es?
3. Welche Rolle spielen familiäre Faktoren für eine Erkrankung und mögliche Ursachen?
4. Welche Handlungs- und Behandlungsmöglichkeiten gibt es?
5. Was können Eltern tun?

Neben Infos bleibt Raum für Austausch und Diskussion.

Termin: Samstag, 14. Juni 2025, 10:00 bis 16:00 Uhr
Leitung: Bernd Kinder, Dipl.-Psychologe, Psychologischer Psychotherapeut

Kinder im Blick - ein Kurs für Eltern in Trennung (in Kooperation mit der Evangelischen Beratungsstelle

Bonn)

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 oder abzubauen?

Termine: montags, 22. September, 29. September, 06. Oktober, 27. Oktober, 03. November, 17. November, 01. Dezember 2025 (7 Termine)
jeweils von 18:00 bis 21:00 Uhr (bestehende Warteliste)

Leitung: Bettina Rosenthal, Dipl.-Sozialpädagogin
Kai Enters, Dipl.-Sozialpädagoge (Evangelische Beratungsstelle)

Liebevolle und angemessene Begleitung kindlicher Sexualentwicklung

Ein Angebot für Eltern

Die kindliche Neugierde und das Erkunden des eigenen Körpers sowie das Interesse am Körper anderer sind natürliche Entwicklungsprozesse bei Kindern. Dies kann bei Eltern manchmal Unsicherheiten hervorrufen. In diesem Seminar beschäftigen wir uns mit folgenden Fragen: Was bedeutet kindliche Sexualität und wie unterscheidet sie sich von Erwachsenensexualität? Welche psychosexuelle Entwicklung durchlaufen Kinder? Wie können wir Kinder liebevoll und angemessen in ihrer Sexualentwicklung begleiten? Und wie können wir dadurch einen Teil zur Prävention von sexualisierter Gewalt beitragen?

Termine: Donnerstag, 25. September 2025,
von 16:00 bis 19:00 Uhr

Leitung: Sonja Wierz, Erziehungswissenschaftlerin

Familienbeziehungen, Familiendynamik Ein lebenslang prägendes Thema

Themen: Wie hat die Atmosphäre meiner Herkunftsfamilie, die Stellung in der Geschwisterreihe, die Aufträge und Erwartungen meiner Eltern meinen Lebensweg geprägt? Was gebe ich von alledem in meiner jetzigen Beziehung zu Partner und Kindern weiter, und was möchte ich anders machen? Diese Fragen werden in einer Mischung aus theoretischem Input, Gruppendiskussion und der Arbeit an praktischen Beispielen erörtert.

Termin: Samstag, 08. November 2025
jeweils von 10:00 bis 17:00 Uhr

Leitung: Dr. Peter Conzen, Dipl.-Psychologe



Mehrsprachigkeit – Multilingualismus in der Familie (mit Kinderbetreuung)

Vortrag und Erfahrungsaustausch für Eltern mit und ohne Migrationsgeschichte

Sprachentwicklung von mehrsprachigen Kindern,
Spracherziehungsmethode, „Frühkindlicher Trilingualismus“

Termin: Dienstag, 25. November 2025
von 15:00 bis 17:00 Uhr

Leitung: Sofia Sombra de Longwitz, Dipl.-Sozialpädagogin



Gruppenangebote für Kinder und Jugendliche

„Ich schaff's“ – Lösungsorientierte Gruppe zur Selbstwertstärkung

Angebot für Kinder im Grundschulalter

„Ich kann das nicht“ - Jeden Tag begegnen uns Herausforderungen – doch wie können wir diese überwinden? In diesem Kurs schauen wir gemeinsam, welche Stärken wir bereits haben und welche Fähigkeiten wir noch erlernen können. Angelehnt an „Ich schaff's“ – Das 15-Schritte-Programm von Ben Furman.

Termine: donnerstags, 20.02, 06.03, 13.03, 20.03, 27.03, 03.04, 10.04.2025 (7 Termine)
von 15:00 bis 17:00 Uhr

Leitung: Sonja Wierz, Erziehungswissenschaftlerin
Yvonne Luzar, Dipl.-Sozialpädagogin

Entspannung für Kinder

Ein 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: montags, 14. Juli, 21. Juli, 28. Juli 2025 (3 Termine)
von 11:00 bis 13:00 Uhr

Leitung: Bettina Kesternich, Dipl.-Heilpädagogin

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, 11. November, 18. November 2025 (2 Termine)
von 16:00 bis 18:00 Uhr

Leitung: Sofia Sombra de Longwitz, Dipl.-Sozialpädagogin
Dr. Eman Abusaada, Sozialarbeiterin MA

Wann ist ein Mann ein Mann?

Ein Gruppenangebot für Jungen zwischen 14 und 17 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-tägigem Abstand,
mittwochs um 17:00 Uhr; Teilnahme nach Anfrage

Leitung: Bernd Kinder, Dipl.-Psychologe



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: Donnerstag, 13. März 2025, 16:00 bis 20:00 Uhr

Leitung: Claudia Bongartz, Dipl.-Sozialpädagogin

Systemische Elternarbeit in Kita und offenen Ganztagschulen

Workshop für pädagogische Fachkräfte

Nutzen des systemischen Ansatzes zur Führung konstruktiver
Gespräche mit Eltern

Termin: Dienstag, 25. März 2025, von 15:00 bis 17:00 Uhr

Leitung: Sofia Sombra de Longwitz, Dipl.-Sozialpädagogin
Andreas Balkenhol, Dipl.-Sozialarbeiter



“Opa, du fehlst mir” - Kinder angstfrei begleiten bei Abschied, Tod und Trauer Seminar für Eltern und pädagogische Fachkräfte

Wie begreifen Kinder abhängig von der jeweiligen Entwicklungsphase Sterben und Tod?

Wie spreche ich als Erwachsener ehrlich und kindgerecht über dieses schwierige Thema mit Kindern?

Was sind Merkmale kindlicher Trauer?

Vorstellung von Büchern, Geschichten, kreativen Ausdrucksmöglichkeiten und hilfreichen Ritualen.

Termin: Mittwoch, 07. Mai 2025 von 16:00 bis 18:00 Uhr

Leitung: Kathrin Vogt, Dipl.-Psychologin
Bettina Rosenthal, Dipl.-Sozialpädagogin

Sexuelle Bildung in der Kindertagesstätte

Ein Angebot für Fachkräfte

Sexuelle Bildung ist ein essenzieller Bestandteil der ganzheitlichen Entwicklung von Kindern. In unserem Seminar „Sexuelle Bildung in der Kindertagesstätte“ behandeln wir zentrale Fragen, die für Ihre Arbeit in der frühkindlichen Bildung von Bedeutung sind: Was bedeutet kindliche Sexualität und wie unterscheidet sie sich von Erwachsenensexualität? Welche psychosexuelle Entwicklung durchlaufen Kinder? Und welches Verhalten gilt im Kontext kindlicher Sexualität als angemessen, und wo sprechen wir von Grenzüberschreitungen oder sexualisierter Gewalt?

Termin: Donnerstag, 03. Juli 2025, von 16:00 bis 19:00 Uhr

Leitung: Sonja Wierz, Erziehungswissenschaftlerin

Systemische Sicht auf herausforderndes Verhalten von Kindern

Ein Angebot für Fachkräfte

„Peter stört immer die anderen Kinder“ - In diesem Seminar widmen wir uns folgenden Fragen: Was kann herausforderndes Verhalten von Kindern bedeuten? Wie sieht diesbezüglich meine professionelle Haltung aus? Wie kann es mir gelingen, den Blick von einer Defizitorientierung zur Ressourcenorientierung zu wenden?

Termin: Mittwoch, 05. November 2025, von 16:00 bis 18:00 Uhr

Leitung: Sonja Wierz, Erziehungswissenschaftlerin
Sofia Sombra de Longwitz, Dipl.-Sozialpädagogin



Referentinnen und Referenten

Intern:

Abusaada, Eman	Dr. phil., Sozialarbeiterin M.A.
Balkenhol, Andreas	Diplom-Sozialarbeiter
Bongartz, Claudia	Diplom-Sozialpädagogin
Wierz, Sonja	Erziehungswissenschaftlerin
Kesternich, Bettina	Diplom-Heilpädagogin
Kinder, Bernd	Diplom-Psychologe, Psychologischer Psychotherapeut
Luzar, Yvonne	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
Kai Enters	Diplom-Sozialpädagogin (Evangelische Beratungsstelle)
Maus, Marcel	Diplom-Sozialpädagogin (esperanza)
Opitz, Rainer	Fachberater Männergesundheit (Pro familia Bonn)
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.

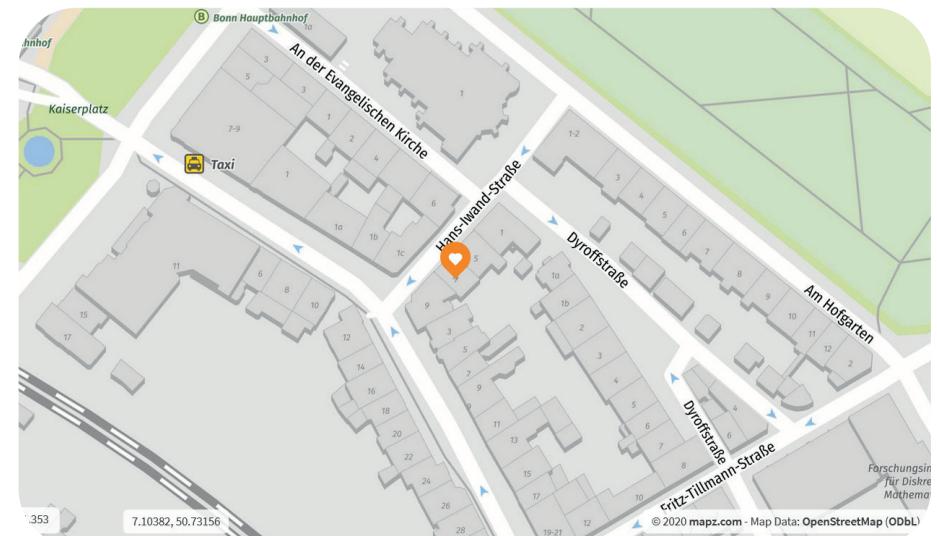
Anmeldung und Information:

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

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 Anmeldung erforderlich.



Spenden

Es gibt immer wieder Angebote, die wichtig, aber nicht vollständig finanziert sind. Spenden mit dem Stichwort „Erziehungsberatung“ sind jederzeit willkommen. Sie können sicher sein, dass Ihre Spende dort eingesetzt wird, wo sie am nötigsten gebraucht wird.

Ihre Spende hilft:

IBAN: DE17370501981921921928



bonn

