

Hildesheim, 27. November 2017

## Frohe Weihnachten trotz Trennung??!!

### Caritas-Erziehungsberaterinnen raten getrenntlebenden Eltern zur rechtzeitigen Planung

Die Weihnachtszeit naht und die bevorstehenden Festtage stellt viele getrenntlebende Eltern vor die Herausforderung, wie sie ihren Kindern unbeschwerte Weihnachten beschenken können. Für die Kinder ist meist zweitrangig, bei wem sie an Heiligabend feiern, ob sie zweimal feiern oder der Ort jährlich wechselt: „Kinder sehnen sich nach Liebe und Verständnis, sie brauchen ein Gefühl der Sicherheit, Zugehörigkeit und Geborgenheit. Und Kindern sind beide Elternteile gleich wichtig“, sagt Diplom-Psychologin Natalia Popp-Wilhelmy. Die Leiterin der Erziehungsberatungsstelle des Caritasverbandes für Stadt und Landkreis Hildesheim rät daher den Eltern dazu, die Feiertage rechtzeitig zu planen und im Sinne der Kinder zu regeln.

„Oftmals sind die eigenen Verletzungen noch nicht verheilt und es erfordert viel Kraft und Mut, sich immer wieder zum Wohle der Kinder mit dem Ex-Partner oder der -Partnerin auseinanderzusetzen“, ergänzt Beraterin Sabine Grube. Aus ihrer täglichen Arbeit weiß die Diplom-Sozialpädagogin, wie schwierig es für getrenntlebende oder geschiedene Eltern ist, gemeinsame Absprachen zu treffen. Viele Eltern wenden sich in dieser schwierigen Situation an die Beratungsstelle, um mehr Sicherheit im Umgang miteinander zu bekommen.

Auch für Kinder ist das Thema Trennung und die Verarbeitung dieser veränderten Situation nicht einfach. Mit dem Gruppenangebot „Starke Herzen“ bietet die Beratungsstelle zum Beispiel Kindern im Alter von 8-11 Jahren die Möglichkeit, mit dem Gefühlschaos umzugehen und in einer vertrauensvollen und kindgerechten Atmosphäre die Trennung der Eltern zu verarbeiten. „Wir möchten nicht nur die Kinder, sondern das gesamte Familiensystem beim Trennungsprozess unterstützen“, erklärt Sabine Grube. Wichtig sei es, sich die Verbindungen zwischen den einzelnen Familienmitgliedern anzuschauen und zu überlegen, welche Formen der Kontakte untereinander hilfreich und passend sind.

#### Zur Information

Das Programm „Starke Herzen“ für Kinder im Alter von 8-11 Jahren umfasst 8 bis 10 Treffen in einem Zeitraum von 3 bis 4 Monaten sowie begleitende Elterngespräche. Die Teilnahme ist kostenlos, für Materialkosten werden 20 Euro erhoben. Interessierte Eltern können sich melden bei der Caritas-Erziehungsberatungsstelle, Pfaffenstieg 12, 31134 Hildesheim, Telefon: 0 51 21 / 16 77 226, E-Mail: [jeb@caritas-hildesheim.de](mailto:jeb@caritas-hildesheim.de). Informationen gibt es auch im Internet: [www.caritas-hildesheim.de/juf/starke-herzen](http://www.caritas-hildesheim.de/juf/starke-herzen)