

An alle Interessierten,

im kommenden Semester biete ich an den Volkshochschulen zwei Kurse rund um das Thema **geteilte Elternschaft** an. Eingeladen sind Elternteile, die sich nach einem sicheren Rahmen für die Themen rund um Trennung, Veränderung und die neuen Herausforderungen des Familienalltags sehnen.

Die Kurse verbinden kurze fachliche Inputs mit Raum für Austausch, gegenseitige Unterstützung und Impulsen für einen guten, stärkenden Umgang mit der neuen Lebenssituation.

Ich freue mich auf Ihre Teilnahme,

Stephanie Mai

Kursangebot Mitte: Linienstraße 162, 10115 Berlin

Kursnummer: **Mi105-003F**

Volkshochschule: Mitte

Auskünfte zur Anmeldung: Tel.: 9018 37474, Fax.: 9018 37488, E-Mail: vhs@ba-mitte.berlin.de,
<http://www.berlin.de/vhsmitte>

Fachliche Beratung: Frau Dagmar Müller, E-Mail: dagmar.mueller@ba-mitte.berlin.de

Beschreibung: Nach einer Trennung stehen Mütter und Väter vor vielen neuen Herausforderungen: Den Alltag neu organisieren, rechtliche und finanzielle Fragen klären und dabei die Kinder gut begleiten. Oft braucht es Zeit und Orientierung, um den eigenen Weg in dieser neuen Lebenssituation zu finden.

Dieser Workshop bietet Raum für Austausch und fachliche Impulse. Gemeinsam reflektieren wir die eigene Rolle, schauen auf zentrale Fragen rund um Kommunikation, Verantwortung und das Wohl der Kinder und entwickeln Strategien, um den Familienalltag stabil und verlässlich zu gestalten.

Stephanie Mai beschäftigt sich mit den Themen Trennung, Abschied und geteilter Elternschaft und konzipiert Formate, die Elternteilen nach der Trennung einen Raum zur Verarbeitung und Neuausrichtung bieten.

Kursleiter/-in: Mai, Stephanie

Unterrichtseinheiten (45 Min.): 16 UE

Entgelt: 32.00 EUR

Ermäßigt: 20.80 EUR

Veranstaltungsort/Termin(e): VHS Berlin Mitte, 10115 Berlin, Linienstr. 162, Raum 4.11

Sa, 28.02.2026, 10:00 – 17:00

So, 01.03.2026, 10:00 - 17:00

Kursangebot Reinickendorf (Frohnau): Fuchssteinerweg 13 – 19, 13465 Berlin

Kursnummer: **Re1571-F**

Volkshochschule: Reinickendorf

Auskünfte zur Anmeldung: Tel.: 030 90294-4800, Fax.: 030 90294-4812, E-Mail: vhs@reinickendorf.berlin.de, <http://www.vhs-reinickendorf.de>

Fachliche Beratung: Frau Anna Charlotte Turré, Fax: 030 90294-4812, E-Mail:

anna.turre@reinickendorf.berlin.de

Beschreibung:

Eine Trennung verändert das Leben grundlegend und stellt viele Lebensbereiche auf den Kopf. Oft bleiben zahlreiche Fragezeichen: Wie lässt sich das neue Familienmodell gut gestalten? Und wie können Konflikte innerhalb geteilter Elternschaft gelöst werden? Der Workshop richtet sich an einzelne Elternteile, die im stärkenden Austausch mit anderen Betroffenen Orientierung suchen.

Am ersten Tag steht die eigene Rolle im Mittelpunkt: Welche Unterstützung brauche ich als alleinstehendes Elternteil, und wie gehe ich mit fortbestehenden Trennungsthemen um?

Der zweite Tag widmet sich dem veränderten Beziehungsgefüge: Wie kann Elternschaft fair gestaltet werden, wie gelingt eine gute Kommunikation, und was brauchen Kinder in dieser Situation?

Kurze Inputs geben Impulse zu typischen Konfliktthemen, der Schwerpunkt liegt jedoch auf Austausch, gegenseitigem Verständnis und der Suche nach praktischen Wegen, um mehr Sicherheit im Alltag als getrennt erziehendes Elternteil zu gewinnen.

Das Angebot bietet fachlichen Input und einen geschützten Rahmen, in dem persönliche Erfahrungen geteilt und reflektiert werden können. Es ersetzt keine therapeutische Begleitung.

Kursleiterin Stephanie Mai ist Trennungs- und Trauerbegleiterin i.A., lebte mit einer Tochter zunächst alleinerziehend, nun schon seit vielen Jahren im Wechselmodell und kennt all die vielen Gefühle und Hürden, die mit diesem Familienmodell verbunden sind.

Zusatzinformation:

Bitte beachten Sie:

Kursleiter/-in: Mai, Stephanie

Unterrichtseinheiten (45 Min.): 15 UE

Entgelt: 50.25 EUR

Ermäßigt: 27.38 EUR

Veranstaltungsort/Termin(e): Lehrstätte Frohnau, 13465 Berlin, Fuchssteinerweg 13 - 19, Hofeingang, Raum 1

Sa, 14.02.2026, 10:00 – 17:00

So, 15.02.2026, 10:00 - 16:00