UNIVERSITÄTS
KLINIKUM
HEIDELBERG

Leuchtturm-Elternprogramm-Online

Fühlen Sie sich oft überfordert als Eltern?
Ist Ihnen Ihr Kind manchmal ein Rätsel?
Gibt es viel Streit in der Familie?
Fühlen Sie sich belastet, z.B. durch psychische Probleme?

Wir bieten Ihnen ein Online-Programm an, das Ihnen helfen kann, Ihre **Beziehung** zu Ihrem Kind zu **verbessern**.

UK HD

Leuchtturm-Elternprogramm-Online

Kinder brauchen Eltern, die wie Leuchttürme sind, ihnen den Weg leuchten und sie verstehend begleiten. Es gibt verschiedene Faktoren, die diese elterliche Fähigkeit einschränken können, wie beispielsweise viele Konflikte in der Familie, fehlende soziale Unterstützung oder psychische Belastung.

Das Leuchtturm-Elternprogramm-Online zielt darauf ab, Ihre **elterliche Kompetenz zu stärken** und Ihre **Beziehung zum Kind zu verbessern**. Das Angebot richtet sich an einzelne Eltern oder oder auch an Elternpaare **mit Kind bis zum 15. Lebensjahr** und findet online statt.

Das Programm besteht aus

- wöchentlichen Gruppensitzungen über 8 Wochen (je 120 Minuten),
- 3 Einzelsitzungen (50 bzw. 90 Minuten),
- sowie regelmäßigen Übungen für den Alltag per Smartphone.

Das Programm wird durch eine **wissenschaftliche Studie** begleitet, über die Sie zuvor ausführlich informiert werden.

Haben Sie Interesse? Wir laden Sie herzlich zu einem Kennenlernen und Vorgespräch ein, wenn

- Sie selbst psychisch belastet sind,
- Sie die Beziehung zu Ihrem Kind verbessern möchten,
- Sie motiviert und offen für die Teilnahme am Online-Therapieprogramm und der begleiteten Forschung sind.

Die Kosten für die Behandlung werden nach ärztlicher Überweisung von Ihrer Krankenkasse übernommen.

Wenden Sie sich an das
Sekretariat der Ambulanz für Familientherapie
Telefonisch: 06221 – 564701
Per E-Mail: leuchtturm.zpm@med.uni-heidelberg.de

Institut für Psychosoziale Prävention
Universitätsklinikum Heidelberg
Direktorin Prof. Dr. Svenja Taubner
Bergheimer Str. 54 | 69115 Heidelberg
www.leuchtturm-elternprogramm.de