

Das Autismus Kompetenzzentrum Unterfranken e.V. lädt zur Online-Fortbildung

SELBSTFÜRSORGE FÜR ELTERN AUTISTISCHER KINDER

Die Erziehung autistischer Kinder stellt an Eltern ganz besondere Herausforderungen, die sie häufig an die Grenzen ihrer emotionalen und praktischen Belastbarkeit bringen. Um ihren Kindern eine Teilhabe am gesellschaftlichen Leben zu ermöglichen, wird die Alltagsorganisation aller Familienmitglieder meist vom Verhalten, den Bedürfnissen und dem Stressniveau der besonderen Kinder bestimmt.

Aus Mangel an zeitlichen und persönlichen Freiräumen, kommen sie selbst dabei häufig zu kurz und verlieren ihre individuellen Bedürfnisse völlig aus dem Blick. Statt sich um sich selbst zu kümmern, schlucken sie eigene unliebsame und störende Gefühle herunter, um für ihre Kinder (vermeintlich) funktionsfähig zu bleiben.

Dieser Themenabend hat zum Ziel den Teilnehmer*innen einen kleinen (methodischen) Einblick in das Thema Selbstfürsorge zu geben, um im Alltag ein Stückweit aus dem Funktionsmodus hervorzutreten und wieder in Kontakt mit den eigenen Bedürfnissen zu kommen.

Denn nur, wenn es uns selbst gut geht, sind wir auch dauerhaft dazu in der Lage uns den speziellen Herausforderungen des Familienlebens zu stellen und diese gut zu bewältigen.

Inhalte:

- Was bedeutet der Begriff Selbstfürsorge?
- Warum ist Selbstfürsorge wichtig?
- Erste Schritte zur Selbstfürsorge

Referentinnen: Judith Hack, Dipl.-Sozialpädagogin, Autorin und Mutter eines Autisten
Datum / Uhrzeit: **Donnerstag, 28.11.2024, 19 - 21 UHR**
Ort: Online über Zoom
Zielgruppe: Eltern und Angehörige sowie am Thema Interessierte
Teilnehmerbeitrag: **25 €**

Anmeldungen sind ausschließlich mit angehängtem Formular möglich.

Anmeldung

Hiermit melde ich mich verbindlich für den Fachvortrag am **Donnerstag, 28.11.2024 um 19.00 Uhr** an

SELBSTFÜRSORGE FÜR ELTERN AUTISTISCHER KINDER

(bitte gut lesbar schreiben)

Teilnehmer-
Name/Vorname _____

Telefon / Email _____

Die Teilnahmegebühr von 25€ bitten bevorzugt per Paypal zu bezahlen oder alternativ zu überweisen an:

Inhaber: Autismus Kompetenzzentrum Unterfranken e.V.

Institut: Liga Bank Würzburg

BIC: GENODEF1M05

IBAN: DE94 7509 0300 0003 0109 61

Bitte geben Sie ihren Namen und als Verwendungszweck „FOBI 28.11.24“ an

Datum _____

Unterschrift _____