Tuning in to Kids

UNIVERSITÄT BIELEFELD
Fakultät für Psychologie und Sportwissenschaft

Ein Training für Eltern von Grundschulkindern

EINFÜHLEN IN KINDER – TUNING IN TO KIDS®

Worum geht es?

- „Einfühlen in Kinder – Tuning in to Kids“ (TIK) ist ein an der Universität Melbourne (Australien) entwickeltes Elterntraining.
- Das Emotionscoaching zielt darauf ab, Eltern dabei zu unterstützen, ihre Kinder in der Entwicklung ihrer emotionalen Kompetenz (u.a. Gefühle erkennen, verstehen und bewältigen) bestmöglich zu begleiten.
- Es dient der Prävention von emotionalen und Verhaltensproblemen von Kindern sowie der Verbesserung des emotionalen Klimas in der Familie.

Inhalte des Elterntrainings

- Ziel des Trainings ist es, emotional herausfordernde Situationen angemessen und langfristig entwicklungsförderlich bewältigen zu können. Dazu werden verschiedene elterliche Kompetenzen geschult, indem sie situationsbezogen und alltagsnah erprobt werden.
- Zu diesen Kompetenzen zählen das Erkennen eigener Emotionen (z. B. Angst, Ärger, Wut), die Wahrnehmung und das Verstehen der Emotionen von Kindern sowie das Aufgreifen, Begleiten und „Coachen“ der kindlichen Emotionen. Darüber hinaus werden Selbstfürsorgestrategien für Eltern thematisiert.

Ablauf und Teilnahme

- Das Emotionscoaching wird für *Eltern von Grundschulkindern* angeboten. Es umfasst 6 zweistündige Sitzungen, die in festen Gruppen von 8 bis 12 Eltern im wöchentlichen Abstand stattfinden.
- Das Training wird von autorisierten TIK-Trainer*innen, die gleichzeitig Mitarbeitende des entwicklungspsychologischen Forschungsprojektes der Universität Bielefeld sind, durchgeführt.
- Die Teilnahme am Elterntraining ist kostenlos. Voraussetzung ist eine Teilnahme an der wissenschaftlichen Befragung, die vor der ersten und nach der letzten Sitzung sowie einige Wochen nach Trainingsabschluss stattfindet.
- Die Anmeldung ist ab sofort telefonisch (0521 106-4321) oder per Mail (TIK@uni-bielefeld.de) möglich.
- Trainingsstart: ab Mitte August.

Sehr gerne stehen wir Ihnen für Rückfragen und weitere Informationen zu dem Projekt unter den unten angegebenen Kontaktdaten zur Verfügung. Wir freuen uns auf Ihre Nachricht!

Ansprechpartnerinnen
Lena Döring, B.Sc. Psych.
Stephanie Wagner, B.Sc. Psych.
Lena Maas, M.Sc. Psych.

Kontakt
TIK@uni-bielefeld.de
Tel.: 0521 106-4321

Weitere Informationen
https://tinyurl.com/UniBielefeldTIK