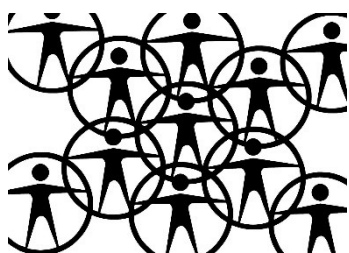




## Familienbande – Gemeinschaft, die trägt

Sehr geehrte Eltern, wir verstehen, dass der Weg, ein Kind mit psychischen Herausforderungen zu unterstützen, oft einsam und herausfordernd sein kann. Deshalb laden wir Sie ein, Teil unserer unterstützenden Online-Community zu werden. Jeden 2ten Dienstag, um 18.30Uhr treffen sich Eltern online, um sich kennen zu lernen, strukturiert auszutauschen, praktische Übungen auszuprobieren. Wir leben miteinander und lernen voneinander.

*Wir freuen uns darauf, Sie in unserer Community willkommen zu heißen!*



- 1. Starterpaket:** Ideal für den Einstieg und erste Erfahrungen/ 3 Monate Mitgliedschaft, 6 Gruppensitzungen á 280,-€
- 2. Entwicklungsprogramm:** Unser beliebtestes Angebot für langfristige Veränderungen/ 6 Monate Mitgliedschaft, 12 Gruppensitzungen + Skript und Skillsbox, á 480,- €
- 3. Familienstärke + :** Geeignet für langfristige Begleitung/ 12 Monate Mitgliedschaft, 24 Gruppensitzungen + Skript & Skillsbox, á 980,-€

In unseren Gruppen steht der Austausch von Erfahrungen im Mittelpunkt, begleitet von praktischen Übungen zur Stärkung Ihrer individuellen Fähigkeiten. Hier finden Sie nicht nur Unterstützung, sondern auch die Möglichkeit, neue Wege zu entdecken und Ihre Familie zu stärken. Wir unterstützen mit strukturiertem Austausch, praktischen Übungen und theoretischen Hintergründen.

## Eltern Community für psychische Gesundheit

In den offenen, geleiteten Online- Themenrunden, in der wir Ihnen zunächst die Möglichkeit bieten wollen, alles loszulassen was Ihnen auf der Seele brennt. Zugleich sammeln wir Themen, welche wir dann in den kommenden Terminen bearbeiten werden.

Bei der Buchung von Option 2 und 3 erhalten Sie automatisch unser Skript mit dazu sowie unsere Skillsbox (kleine Box mit allerlei Hilfreichem für die Bewältigung von schwierigen Situationen, anwendbar für alle Familienmitgliedern ab 12 Jahren).

*Inhalt der Gruppen können sein: Umgang mit Krisen, Umgang mit Gefühlen, Zwischenmenschliche Fähigkeiten, Erkennen von Frühwarnzeichen, Achtsame Kommunikation, Verständnis von psychischer Erkrankung, Soziale Kompetenz, Resilienz Training, Arbeit an Glaubenssätzen, etc.*

Sichern Sie sich Ihren Family Zugang für bis zu 3 Personen.

Darüber hinaus stehen wir Ihnen gerne individuell in Einzelgesprächen bedarfsgerecht zur Verfügung. Im Rahmen der Teilnahme an unseren Kursen erhalten Sie Zugang zu unseren „Family & Friends“ Tarif zur Verfügung (45,-€/ 50 Min.).

Bei Fragen zur Finanzierung der Kurse kommen Sie bitte auf uns zu.

### Anmeldungen bitte schriftlich unter:

[info@anna-ihl.de](mailto:info@anna-ihl.de)

Für Rückfragen stehen wir Ihnen jederzeit zur Verfügung.

**Anna Ihl**  
[info@anna-ihl.de](mailto:info@anna-ihl.de)  
Systemische Therapeutin  
Systemische Beraterin  
Dozentin/ Supervisorin

**Yvonne Scharf**  
[yvonescharf@online.de](mailto:yvonescharf@online.de)  
DBT-Therapeutin SuP  
DBT-Peer Coach Trainerin  
Heilpraktikerin für Psychotherapie  
Dozentin/ Supervisorin