



VÄTERGRUPPE – gegen Partnerschaftsgewalt

Ein Angebot für Väter, die Schwierigkeiten haben, ihre Gefühle und Impulse zu regulieren

Wir unterstützen Sie dabei

- unangenehme Ereignisse besser auszuhalten, wenn sich die Situation nicht (sofort) verändern lässt.
- Handlungen zu unterlassen, die Ihnen selbst oder anderen schaden.
- zu vermeiden, dass Sie eine schwierige Situation noch schlimmer machen.

Trainingsvoraussetzungen

- Sie sind Vater (auch ohne Umgang)
- Sie haben Schwierigkeiten mit der Regulation Ihrer Impulse
- Sie haben Gewalt in der Partnerschaft ausgeübt
- Sie wohnen in Hamburg
- Sie wollen etwas an Ihrem Verhalten verändern
- Sie sind bereit, sich regelmäßig in einer Gruppe mit anderen Teilnehmern auszutauschen
- Sie besitzen ausreichende Deutschkenntnisse (B1)
- Sie können möglichst an allen Terminen teilnehmen

Trainingsaufbau

- I. Training und Fertigkeiten
- II. Anwendung und Austausch
- III. Verhaltensänderung

Trainingstermine

(jeweils dienstags von 18:15 – 20:15 Uhr)

1. Start	14.01.25
2. Stress/Anspannung	21.01.25
3. Beobachtung/Wahrnehmung	28.01.25
4. Stresstoleranz	04.02.25
5. Stresstoleranz II	11.02.25
6. Fertigkeiten Koffer	18.02.25
7. Denken/Fühlen/Handeln	25.02.25
8. Gewaltspektrum I	04.03.25
9. Gewaltspektrum II	25.03.25
10. Ende	01.04.25



TRAININGSZIEL: „Wir möchten Sie in die Lage versetzen, im entscheidenden Moment Gewalt unterlassen zu KÖNNEN.“



Wichtige Informationen zum Training in der Vätergruppe

Kosten

Das Training ist kostenlos.

Schweigepflicht

Was in der Gruppe erzählt wird, wird von keiner Person weitergetragen. Dafür unterschreiben Sie eine Schweigepflichtserklärung. Die Gruppenleitung unterliegt der gesetzlichen Schweigepflicht.

Wochenaufgabe

Diese Aufgaben sind wichtige Inhalte des Trainings und in jeder Sitzung Thema. Sie bekommen jede Woche eine Aufgabe, mit der Sie sich auseinandersetzen, und steigern damit die Effektivität des Trainings.

Mitarbeit

Alle geben ihr Bestes und dürfen dabei auch scheitern.

Grenzen

Sie kommunizieren, wenn Ihnen etwas zu viel ist.

Fragen

Wenn Sie Fragen haben sollten, fragen Sie. Denn nur durch Fragen werden Sie Unklarheiten aus dem Weg räumen und nur wenn Sie die Inhalte verstehen lernen, wird Ihnen das Thema klarer.

Ausfall

Der Ausfall von mehr als einem Termin ist in der Regel nicht vorgesehen. Nur Krankheit oder außergewöhnliche Ereignisse rechtfertigen ein Versäumen. Bitte Infos zu Ausfällen vor dem jeweiligen Kurstermin der Gruppenleitung bekanntgeben.

Nachsorge

Nach der Gruppe stehen wir für Fragen und weitere Anregungen zur Verfügung. Außerdem wird es einen Einzeltermin nach sechs Monaten geben, um vor allem Fortschritte zu besprechen. Bei Bedarf können wir Sie auch bei der Suche nach weiterführenden Hilfen unterstützen.

Kontakt

Bei weiteren Fragen wenden Sie sich gerne an vaetergruppe@kinderschutzbund-hamburg.de

Durchführender Träger

Der Kinderschutzbund Landesverband Hamburg e.V.

