

START NOVEMBER

Ein Gruppenprogramm für Eltern neurodivergenter Kinder.

Elternschaft kann verdammt anstrengend sein -
besonders dann, wenn die eigene Familienrealität nicht zu
dem passt, was von außen selbstverständlich erscheint.

Hier geht es um dich als Mama, Papa und Person: um
Entlastung, ein besseres Verständnis für dich selbst und
mehr Sicherheit im eigenen Elternsein.



**OFFROAD-
Elternschaft**



Nicht noch mehr richtig machen.

Sondern besser verstehen, was eigentlich passiert.

Das Programm ist ein professionell begleiteter Reflexions- und Lernraum für Eltern neurodivergenter Kinder. Im Mittelpunkt steht nicht die Frage, wie du dein Kind "richtig" erziehst. Im Mittelpunkt stehst du: deine Wahrnehmung, deine Belastung, deine inneren Maßstäbe und deine Handlungsmöglichkeiten.

EINORDNEN

Unterscheiden, was zu dir gehört, was von außen kommt und worauf du tatsächlich Einfluss hast.

VERSTEHEN

Zusammenhänge, Reaktionen und Belastung nicht nur erleben, sondern nachvollziehbar machen.

WIRKSAM WERDEN

Bewusst entscheiden, welches Problem du lösen möchtest - und was für dich überhaupt ein Problem ist.

Eine kleine, feste Gruppe.

Die Gruppentermine finden vor Ort im octo:room statt. Die feste Gruppe schafft Kontinuität: Es ist Zeit, Dinge zu sortieren, zu verstehen und gemeinsam zu reflektieren.

GRUPPENTERMINE

120 Minuten · feste Gruppe · persönlich und anwendungsbezogen

THEORIE-IMPULSE

90 Minuten · fachliche Grundlage · für weitere Teilnehmende geöffnet



Wissen trifft Erfahrung

● THEORIE-IMPULSE

90 Minuten

Hier entsteht die gemeinsame fachliche Grundlage. Modelle und Konzepte helfen, Wahrnehmung, Belastung, Gedanken, Regulation und Familiendynamiken differenzierter zu verstehen.

● GRUPPENTERMINE

120 Minuten

Hier geht es um die eigene Situation. Wir reflektieren konkrete Erfahrungen, prüfen Deutungen, machen Muster sichtbar und entwickeln individuelle Handlungsmöglichkeiten.

Warum diese Trennung?

Weil Wissen allein selten verändert - und Reflexion ohne gemeinsame Begriffe schnell unscharf wird. Die Theorie liefert Modelle. Die Gruppe schafft Raum, sie auf die eigene Realität zu beziehen.

Was wir gemeinsam betrachten

- **Wahrnehmung & Neurodiversität**

- **Regulation & Co-Regulation**

- **Interozeption & Emotionen**

- **Bedürfnisse, Grenzen & Selbstfürsorge**

- **Schuld, Scham, Ambivalenz & Trauer**

- **Gedanken & innere Maßstäbe**

- **Reize, Energie & Überlastung**

- **Einfluss, Verantwortung & Familie als System**

- **Temperament**

Vom Erleben zum bewussten Handeln

- | | | |
|----|------------------------|--|
| 01 | Wahrnehmen | Was passiert gerade - in mir, zwischen uns, im Umfeld? |
| 02 | Verstehen | Welche Bedingungen, Muster und Bewertungen spielen eine Rolle? |
| 03 | Einordnen | Was gehört wohin? Was ist Belastung, Erwartung, Bedürfnis oder Grenze? |
| 04 | Entscheiden | Was ist für mich tatsächlich ein Problem - und was nicht? |
| 05 | Wirksam handeln | Wo habe ich Einfluss und welche Handlungsmöglichkeit passt zu mir? |

Wirksam sein heißt nicht, alles kontrollieren zu können. Sondern die eigenen Handlungsmöglichkeiten zu erkennen und zu nutzen.

Der geplante Ablauf | Teil 1

01	19.11.2026 THEORIE	Wahrnehmung & Neurodiversität 16:00-17:30
02	03.12.2026 GRUPPE	Ist-Ich, Soll-Ich & Wunsch-Ich 16:00-18:00
03	17.12.2026 THEORIE	Reize, Reizüberlastung & Energie 16:00-17:30
04	14.01.2027 GRUPPE	Unterdrückung, Kompensation & dosiertes Wahrnehmen 16:00-18:00
05	28.01.2027 THEORIE	Temperament verstehen 16:00-17:30
06	18.02.2027 GRUPPE	Meine Temperamentsmerkmale 16:00-18:00
07	04.03.2027 GRUPPE	Regulation & Co-Regulation 16:00-18:00
08	18.03.2027 THEORIE	Das kognitive Modell & innere Maßstäbe 16:00-17:30

Der geplante Ablauf | Teil 2

09	08.04.2027 GRUPPE	Ambivalenz & Trauer 16:00-18:00
10	22.04.2027 GRUPPE	CBT / Automatic Thoughts in kognitiver Verhaltenstherapie 16:00-18:00
11	04.05.2027 GRUPPE	Bedürfnisse, Grenzen, Selbstfürsorge, Schuld & Verantwortung 16:00-18:00
12	20.05.2027 THEORIE	CPS Collaborative & Proactive Solutions nach Ross Greene 16:00-17:30
13	03.06.2027 GRUPPE	Sonderwege & Offroad-Elternschaft 16:00-18:00
14	17.06.2027 GRUPPE	Familie als System: Wechselwirkungen & Handlungsspielräume 16:00-18:00
15	01.07.2027 THEORIE	Interozeption & Emotionen 16:00-17:30
16	15.07.2027 GRUPPE	Mit Verunsicherung umgehen: Ich und das Umfeld 16:00-18:00

*Die Termine entsprechen dem aktuellen Planungsstand. In begründeten Fällen können sich einzelne Termine noch ändern. Über Änderungen werden die Teilnehmenden frühzeitig informiert.

Für wen das Programm gedacht ist

DAS PROGRAMM PASST, WENN ...

du ein neurodivergentes Kind begleitest oder Neurodivergenz im Familiensystem eine Rolle spielt.

du nicht noch mehr Erziehungstipps suchst, sondern Zusammenhänge verstehen möchtest.

du bereit bist, auch die eigene Wahrnehmung, Maßstäbe und Handlungsmuster zu reflektieren.

du von einem kontinuierlichen Austausch in einer festen Gruppe profitieren möchtest.

NICHT DAS RICHTIGE FORMAT, WENN ...

du eine Psychotherapie oder akute Krisenbehandlung benötigst.

du eine Paarberatung, Mediation oder Konfliktmoderation suchst.

du vor allem konkrete Anweisungen erwartest, wie dein Kind sich anders verhalten soll.

du aktuell keinen Raum für eine verbindliche Gruppenarbeit über mehrere Monate hast.

Alison Marburger

SCHWERPUNKT NEURODIVERGENZ

bei Kindern, Jugendlichen und Familien.

Meine Arbeit verbindet Fachwissen zu Neurodivergenz mit systemischer Betrachtung sowie strukturierten Reflexions- und Analysemodellen.

Fortbildungen in Cognitive Behavior Therapy (CBT) am Beck Institute for Cognitive Behavior Therapy, darunter "Basics of CBT: Essentials I" und "CBT for ADHD in Youth". Außerdem Teilnahme am Fachtag "Neurodiversität und Neurodivergenz in der Psychotherapie".

Ich gebe euch nicht vor, wie Elternsein richtig geht. Ich unterstütze euch dabei, besser zu verstehen, was bei euch passiert.



Der octo:room in Velen-Ramsdorf



KLEINE, FESTE GRUPPE
Kontinuität statt wechselnder Zusammensetzung. Persönlicher Austausch statt anonymer Großgruppe.

Die Gruppentermine finden persönlich vor Ort statt. Der Raum ist bewusst klein gehalten und bietet einen ruhigen Rahmen für Austausch, Reflexion und gemeinsames Arbeiten.

Preis & Zahlung

EINMALZAHLUNG

952 € inkl. 19 %
MwSt.

Der Gesamtbetrag wird mit der Anmeldung fällig.

RATENZAHLUNG

8 × 119 € inkl. 19 %
MwSt.

Die erste Rate wird mit der Anmeldung fällig.
Die weiteren sieben Raten werden jeweils monatlich per Überweisung gezahlt.

Ein fester Platz für das gesamte Programm.

Mit der Anmeldung buchst du verbindlich das gesamte Programm. Die Ratenzahlung ist eine Zahlungsoption für den Gesamtbeitrag und keine monatlich kündbare Teilnahme. Wenn du an einem einzelnen Termin nicht teilnehmen kannst, bleibt der Teilnahmebeitrag unverändert. Ein Anspruch auf einen individuellen Ersatztermin besteht nicht. Muss ein Termin von Veranstalterseite ausfallen, wird ein Ersatztermin angeboten.

Kurz beantwortet

Muss mein Kind eine gesicherte Diagnose haben?

Nein. Entscheidend ist, dass Neurodivergenz bzw. entsprechende Wahrnehmungs- und Verarbeitungsunterschiede in eurer Familienrealität eine relevante Rolle spielen.

Können beide Elternteile teilnehmen?

Leider nein. Die Prozessgruppe ist auf eine Person pro Familienkontext innerhalb derselben Gruppe ausgelegt. Wenn beide Eltern teilnehmen möchten, wird die passende Lösung vorab individuell geklärt.

Was passiert, wenn ich einen Termin verpasse?

Der Platz bleibt für dich reserviert; der Teilnahmebeitrag verändert sich dadurch nicht. Gruppentermine werden nicht individuell nachgeholt.

Sind die Theorie-Impulse nur für die feste Gruppe?

Nein. Die sechs Theorie-Impulse werden auch für weitere Teilnehmende geöffnet. Die zehn Gruppentermine bleiben der festen Gruppe vorbehalten.

Muss ich in der Gruppe alles Persönliche erzählen?

Nein. Du entscheidest selbst, was du einbringen möchtest. Gleichzeitig lebt die Gruppe davon, dass echte Reflexion und Austausch möglich sind.

NÄCHSTER SCHRITT

Du möchtest teilnehmen?

Zum Infopaket gehört ein separates Anmeldeformular.
Dort wählst du auch zwischen Einmal- und Ratenzahlung.

PROGRAMMSTART
19. November 2026 · 16:00 Uhr

ORT
octo:room · Lange Straße 18,
46342 Velen-Ramsdorf

Anmeldung per Mail an hello@octopus-connection.com



**Dann geht es
mit der
Anmeldung
weiter.**