



Kerstin Fahr

Beratungspraxis
An der schwarzen Hecke 88a
55270 Ober-Olm
0151 4140 4276
www.praxis-für-familien.org



info@praxis-für-familien.org



Systemische Beratungspraxis Kerstin Fahr zusammen - gemeinsam - miteinander

Coaching - Beratung - Trainings - Vorträge - Weiterbildungen
in schwierigen Lebenssituationen,
bei Sozial - Emotionalen Problemen
ADHS, Hochbegabung, Hochsensibilität,
Schulproblemen und Burn - Out

Sie sind hier: [Startseite](#) > [Caritas vor Ort](#) > [Ingelheim](#) > [Caritaszentrum K3](#) > [Erziehungs-, Ehe-, Familien- und Lebensberatung](#)



Erziehungs-, Ehe-, Familien- und Lebensberatung im Caritasberatungszentrum K3

Wir beraten Menschen aus Ingelheim und Umgebung.

Wir beraten Einzelpersonen, Paare und Familien bei

- > Schwierigkeiten in der Erziehung oder Fragen zur Entwicklung ihres Kindes
- > Konflikte innerhalb der Familie
- > Problemen Jugendlicher mit sich selbst, den Eltern, der Schule oder Ausbildung
- > Partnerschaftsproblemen
- > Fragen zu Trennung oder Scheidung
- > Lebenskrisen

Bitte vereinbaren Sie einen Beratungstermin unter 06721-917740.

Caritasberatungszentrum K3

Caritasberatungszentrum K3

Keltenweg 3

55218 Ingelheim

 06132 42204-10



Evangelische
Psychologische
Beratungsstelle

zuhören
beraten
helfen

Beratungszentrum der Diakonie

Georg-Rückert-Str. 24
Eingang Diakonie
1. Stock, 1. Raum rechts
55218 Ingelheim am Rhein

Berater/in:

Dipl.-Sozialarb. Ulrike Schmoll
Dipl.-Psych. Jonas Schlechtriemen



Burg Windeck

Bahnhofstraße 17
55262 Heidesheim am Rhein

Beraterin:

Dipl.-Sozialarb. Ulrike Schmoll

Tel.: 06133-572130

Fax: 06133-572128

E-mail: epbmainz-bingen@ekhn.de

Die epb verwendet zurzeit keine elektronische Verschlüsselung. Deshalb sollten Sie vertrauliche Informationen telefonisch, per Post oder über unseren sicheren Zugangsportal BERADIG hier, übermitteln.



Evangelische
Psychologische
Beratungsstelle

zuhören
beraten
helfen

Beratungsangebot

Wir beraten und helfen Eltern, Kindern und Jugendlichen bei Schwierigkeiten Zuhause, im Kindergarten, Schule oder am Ausbildungsplatz, bei Konzentrations- und Lernproblemen, bei Verhaltensauffälligkeiten (z.B. Hyperaktivität, Aggressivität), sowie z.B. bei Fragen der Einschulung.

Wir beraten und unterstützen Fachkräfte anderer Einrichtungen

z.B. Kindertagesstätten und Schulen durch:

- Beratungen und Fallbesprechungen
- Fortbildungen und Arbeitsgemeinschaften
- Themengebundene Elternabende
- Kooperation und Vernetzung

Zusätzlich bieten wir:

- psychologische Diagnostik
- Verhaltensbeobachtung
- Beratung bei Fragen von Trennung und Scheidung und Umgangsregelung

Als spezielles Beratungsangebot:

diagnostische Abklärung bei Fragen von Begabung und Hochbegabung

Begleitung von Familien mit diesbezüglichen Fragestellungen

Wichtige Informationen bezüglich der Beratung und den Umgang mit Ihren Daten:



Information für Ratsuchende

Information für Ratsuchende.pdf
Adobe Acrobat Dokument [332.8 KB]

Download



Information zum Datenschutz und zur Datenverarbeitung

Information zum Datenschutz und DV.pdf
Adobe Acrobat Dokument [470.0 KB]

Download

Schreiben Sie uns was Ihnen auf dem Herzen liegt:

Institution	Status (aktuell/ geplant)	Angebotstitel/ Thema	Zielgruppe	Standort	Beschreibung	Kursverantwortlicher
(Bistum Mainz	ab 26.02.2026, 5 Abende	Kess-Kurse "Abenteuer Pubertät"	Eltern von Teenagern	Bingen	für weitere Informationen, bitte an die Kursverantwortlichen wenden.	Elisabeth Zelionka bw.kess@bistum-mainz.de
Caritas Mainz	n. Osterferien	Kindergruppe multiTiger	Grundschul Kinder	Bingen	Für Kinder im Grundschulalter ... - die noch müde werden wollen - die Lust haben neue Fähigkeiten zu entdecken - die noch besser verstehen wollen, wie das mit der Angst und dem Mut genau funktioniert	Christine Goldmann-Lundberg 06131 - 90 74 6-11
Caritas Mainz	fortlaufend	offene Elterngruppe zum Thema ADS/ADHS	betroffene Eltern	Bingen	angeleitete Treffen 1x im Quartal, zusätzlich selbstorganisierte Elterntreffen zur Austausch in den Räumlichkeiten der Caritas. Für weitere Informationen wenden Sie sich bitte an die Kursverantwortliche.	Christine Goldmann-Lundberg 06131 - 90 74 6-0
DKSB Mainz	Führjahr u Herbst (einmal im Jahr online und einmal im Jahr vor Ort angeboten)	Kinder im Blick Kurse (KIB)	Eltern in Trennung/Scheidung	2 Kurse parallel in Nieder-Olm u. Mainz	Für Eltern, die ... - Orientierung suchen, um mit der gestärkten Situation umzugehen - ganz grundsätzlich sich selbst und ihren Kindern nach einer Trennung besser helfen wollen - schon länger getrennt sind und Schwierigkeiten im Umgang mit dem anderen Elternteil oder mit fremden Kindern haben - aktuelle und wissenschaftlich fundierte Antworten auf Fragen suchen, die den Umgang mit sich, den Kindern oder dem anderen Elternteil in der Trennungssituation bereiten	Frau Pfiker 06131 - 61 06 62
DKSB Mainz	Führjahr n. Osterferien	Trennung- und Scheidungsgruppe	Grundschul Kinder 7-9 Jahre	Mainz	Um die Kinder dabei zu unterstützen, die Trennung zu bearbeiten, bieten wir Gruppen und Kurse für 7 bis 9-jährige Kinder in Trennungssituationen an, die von erfahrenen Pädagogen und Psychologen geleitet werden. Durch Spiele, Gespräche und kreatives Tun wird das Kind gestärkt, damit es in einer veränderten Situation besser zurecht kommt. Im Rahmen der Gruppe können die Kinder sich mit Gleichaltrigen in vergleichbarer Situation austauschen, den Umgang mit Wut und Trauer über die Trennung gemeinsam aufarbeiten, Gefühle, Wünsche und Hoffnungen ausdrücken lernen und gemeinsam spielen und Spaß haben.	Frau Pfiker 06131 - 61 06 62
DKSB Mainz	ab Januar + n. den Herbstferien (gesamt drei Gruppen)	Expressive Sandarbeit	Kinder 5-13 Jahre mit traumatischen Erfahrungen	i.d.R. parallel in Sprengingen u Mainz	Expressive Sandarbeit (ESA) ist eine kulturübergreifende, psychosoziale Gruppenmethode, um Kinder in ihrer psychischen Selbstregulation nach traumatischen Erlebnissen zu unterstützen.	Frau Pfiker 06131 - 61 06 62
DKSB Mainz	n. Sommerferien	Starke Kinder - starke Eltern	Eltern	Nieder-Olm	Erziehungskurs zur Stärkung von Eltern in ihrem Erziehungsalltag. In diesem Kurs werden verschiedene Erziehungsfragen wie unterschiedliche Erziehungsstile, Regeln und Grenzen, Rituale, Geschwisterverhältnisse, Konsequenzen, Medienkonsum, Bedürfnisse der unterschiedlichen Familienmitglieder u. a. besprochen und Lösungsansätze erarbeitet.	Frau Pfiker 06131 - 61 06 62
epp	Sommerferien	Trennung- und Scheidungsgruppe	Kinder 8-12 Jahre	Mainz	In der Gruppe erfahren die Kinder, dass sie nicht alleine dastehen, denn anderen Kindern geht es ähnlich wie ihnen. Sie werden dabei unterstützt, ihre Gefühle in Bezug auf die Trennung auszudrücken, sich Freiräume zu schaffen und zu beginnen eine eigene Perspektive zum Trennungsgeschehen und der neuen Lebenssituation zu entwickeln.	Kathrin Eiermann-Boffo Ulrike Schmolli Jonas Schlichter 06131 - 96 55 40
epp	Führjahr/Sommer 26	Tuning into the kids	Elterncoaching	Mainz/Oppenheim	Elterntrainingsprogramm, das Eltern dabei unterstützen soll, die emotionalen Kompetenzen ihrer Kinder zu fördern, indem sie lernen, auf die Emotionen der Kinder einzugehen und sie zu coachen. Das Programm integriert Achtsamkeits-, emotionsoffene und bindungstheoretische Ansätze, um Eltern zu helfen, eine unterstützende Haltung gegenüber den Emotionen ihrer Kinder einzunehmen und gleichzeitig konstruktive Grenzen zu setzen.	Herr Schlichter Frau Schmolli 06131 - 96 55 40
VAMV Mainz	Ostern	Gruppe für Alleinerziehende	Alleinerziehende Mütter/ Väter	Mainz	Gruppenangebot zur Stärkung der Selbstwirksamkeit	Frau Holzner 06131 - 61 06 33 holzner@vamv-rp.de

Kontaktadressen der Hauptgeschäftsstellen:

Caritas Mainz	epp	DKSB	VAMV
Caritas St. Nikolaus 117er Ehrenhof 3-3a 55118 Mainz 06721 - 90 74 6 0 beralungszentrum@caritas-mainz.de	Erziehungs-, Familien- und Lebensberatung Kaiserstraße 37 55116 Mainz 06131 - 96 55 40 epmainz@ekhn.de	Deutscher Kinderschutzbund Mainz Ludwigstr. 7 55116 Mainz 06131 - 61 06 62 beralungszentrum@kinderschutzbund-mainz.de	Verband allein erziehender Mütter und Väter Kaiserstr. 29 55116 Mainz 06131 - 61 06 33 info@vamv-rp.de

Übersicht Gruppenangebote der Erziehungs- und Familienberatung im Landkreis Mainz-Bingen (Stand 22.12.2025)

Institution	Status (aktuell/ geplant)	Angebotstitel/ Thema	Zielgruppe	Standort	Beschreibung	Kursverantwortlicher
Bistum Mainz	ab 26.02.2026, 5 Abende	Kess-Kurse "Abenteuer Pubertät"	Eltern von Teenagern	Bingen	für weitere Informationen, bitte an die Kursverantwortlichen wenden.	Elisabeth Zelinka bv.kess@bistum-mainz.de
Caritas Mainz	n. Osterferien	Kindergruppe mit Tiger	Grundschul Kinder	Bingen	Für Kinder im Grundschulalter ... - die noch müde werden wollen - die Lust haben neue Fähigkeiten zu entdecken - die noch besser verstehen wollen, was das mit der Angst und dem MäD genau heißt Angeleitete Treffen 1x im Quartal zusätzlich selbstorganisierte Elterntreffen zum Austausch in den Räumen der Caritas. Für weitere Informationen wenden Sie sich bitte an die Kursverantwortliche.	Christine Goldmann-Lindberg 06131 - 60 71 6-11
Caritas Mainz	fortlaufend	offene Elterngruppe zum Thema ADS/ADHS	betreffende Eltern	Bingen		Christine Goldmann-Lindberg 06131 - 60 71 6-11
DKSBB Mainz	Frihjahr u Herbst (einmal im Jahr online und einmal im Jahr vor Ort angeboten)	Kinder im Blick Kurse (KIB)	Eltern in Trennung/Scheidung	2 Kurse parallel in Nieder-Olm u. Mainz	Für Eltern, die ... - Unterstützung suchen, um mit der getauerten Situation umzugehen - ganz grundsätzlich sich selbst und ihren Kindern nach einer Trennung besser helfen wollen - schon länger getrennt sind und Schwierigkeiten im Umgang mit dem anderen Elternteil oder mit ihrem Kind/ihren Kindern haben - aktuelle und wissenschaftlich fundierte Antworten auf Fragen suchen, die den Umgang mit sich, den Kindern oder dem anderen Elternteil in der Trennungssituation betreffen	Frau Pflker 06131 - 61 06 62
DKSBB Mainz	Frihjahr, n. Osterferien	Trennung- und Scheidungsgruppe	Grundschul Kinder 7-9 Jahre	Mainz	Um die Kinder dabei zu unterstützen, die Trennung zu bearbeiten, bieten wir Gruppen und Kurse der 7-9-Jährigen Kinder in Trennungssituationen an, die von erfahrenen Pädagogen und Psychologen geleitet werden. Durch Spiele, Gespräche und kreatives Tun wird das Kind gestärkt, damit es in der veränderten Situation besser zurecht kommt. Im Rahmen der Gruppe können die Kinder sich mit Gleichaltrigen in vergleichbarer Situation austauschen, den Umgang mit MüD und Trauer über die Trennung gemeinsam aufarbeiten, Gefühle, Wünsche und Hoffnungen ausdrücken lernen und gemeinsam spielen und Spaß haben.	Frau Pflker 06131 - 61 06 62
DKSBB Mainz	ab Januar + n. den Herbstferien (gesamt drei Gruppen)	Expressive Sanderbot	Kinder 5-13 Jahre mit traumatischen Erfahrungen	i.d.R. Parallel in Sprenndingen u. Mainz	Expressive Sanderbot (ESA) ist eine kulturübergreifende, psychosoziale Gruppenmethode, um Kinder in ihrer psychischen Selbstregulation nach traumatischen Erlebnissen zu unterstützen.	Frau Pflker 06131 - 61 06 62
DKSBB Mainz	n. Sommerferien	Starke Kinder - starke Eltern	Eltern	Nieder-Olm	Erschließung zur Stärkung von Eltern in ihrem Erziehungsalltag. In diesem Kurs werden verschiedene Themen wie unterschiedliche Erziehungsstile, Regeln, Bedürfnisse der unterschiedlichen Familienmitglieder u.ä. besprochen und Lösungsansätze erarbeitet.	Frau Pflker 06131 - 61 06 62
epp	Sommerferien	Trennung- und Scheidungsgruppe	Kinder 9-12 Jahre	Mainz	In der Gruppe erfahren die Kinder, dass sie nicht alleine dastehen, denn anderen Kindern geht es ähnlich wie ihnen. Sie werden dabei unterstützt, ihre Gefühle in Bezug auf die Trennungssituation auszudrücken, sich Freiräume zu schaffen und zu begreifen eine eigene Perspektive zum Trennungsgeschehen und der neuen Lebenssituation zu entwickeln.	Kathrin Eilermann-Bohlo Ulrike Schmolz Jonas Schachtler 06131 - 96 55 40
epp	Frihjahr/Sommer 26	Tuning into the Kids	Elterncoaching	Mainz/Oberheim	Elterntrainingprogramm, das Eltern dabei unterstützen soll, die emotionalen Kompetenzen ihrer Kinder zu fördern, indem sie lernen, auf die Emotionen der Kinder einzugehen und sie zu coachen. Das Programm integriert Achtsamkeits- und Entspannungstechniken sowie kommunikative Methoden, um Eltern zu helfen, eine unterstützende Haltung zu entwickeln und die Emotionen ihrer Kinder anzunehmen und gleichzeitig konstruktive Grenzen zu setzen.	Herr Schachtler, Frau Schmolz 06131 - 96 55 40
VAMV Mainz	Ostern	Gruppe für Alleinerziehende	Alleinerziehende Mütter/ Väter	Mainz	Gruppenangebot zur Stärkung der Selbstliebe/ Eigenwahrnehmung	Frau Heister 06131 - 61 06 33 hospit@vamv-rp.de

Kontaktadressen der Hauptgeschäftsstellen:

Caritas Mainz	DKSBB	VAMV
Caritas St. Nikolaus 117er Ehenhof 3-3a 55118 Mainz 06721 - 90 74 6 0 beratungszentrum@caritas-mainz.de	Deutscher Kinderschutzbund Mainz Kaiserstraße 37 55116 Mainz 06131 - 61 06 62 beratungsstelle@kinderschutzbund-mainz.de	Verband allein erziehender Mütter und Väter Kaiserstr. 29 55118 Mainz 06131 - 61 06 33 info@vamv-rp.de

(Bistum Mainz	ab 26.02.2026, 5 Abende	Kess-Kurse "Abenteuer Pubertät"	Eltern von Teenagern	Bingen	für weitere Informationen, bitte an die Kursverantwortlichen wenden	Elisabeth Ziehnka bw.kess@bistum-mainz.de
Caritas Mainz	n. Osterferien	Kindergruppe nuTiger	Grundschul Kinder	Bingen	Für Kinder im Grundschulalter... - die noch mutiger werden wollen - die Lust haben neue Fähigkeiten zu entdecken - die noch besser verstehen wollen, wie das mit der Angst und dem Mut genau funktioniert	Christine Goldmann-Lindberg 06131 - 90 74 6-11
Caritas Mainz	fortlaufend	offene Elterngruppe zum Thema ADS/ADHS	betroffene Eltern	Bingen	angeleitete Treffen 1x im Quartal, zusätzlich selbstorganisierte Elterntreffen zum Austausch in den Räumen der Caritas. Für weitere Informationen wenden Sie sich bitte an die Kursverantwortliche.	Christine Goldmann-Lindberg 06131 - 90 74 6-0
DKSB Mainz	Fruhjahr u Herbst (einmal im Jahr online und einmal im Jahr vor Ort angeboten)	Kinder im Blick Kurse (KIB)	Eltern in Trennung/Scheidung	2 Kurse parallel in Nieder-Olm u. Mainz	Für Eltern, die... - Orientierung suchen, um mit der geänderten Situation umzugehen - ganz grundsätzlich sich selbst und ihren Kindern nach einer Trennung besser helfen wollen - schon länger getrennt sind und Schwierigkeiten im Umgang mit dem anderen Elternteil oder mit ihrem Kind/frem Kindern haben - aktuelle und wissenschaftlich fundierte Antworten auf Fragen suchen, die den Umgang mit sich, den Kindern oder dem anderen Elternteil in der Trennungssituation betreffen	Frau Pflker: 06131 - 61 06 62
DKSB Mainz	Fruhjahr, n. Osterferien	Trennung- und Scheidungsgruppe	Grundschul Kinder 7-9 Jahre	Mainz	Um die Kinder dabei zu unterstützen, die Trennung zu bearbeiten, bieten wir Gruppen und Kurse für 7 bis 9-jährige Kinder in Trennungssituationen an, die von erfahrenen Pädagogen und Psychologen geleitet werden. Durch Spiele, Gespräche und kreatives Tun wird das Kind gestärkt, damit es in der veränderten Situation besser zurecht kommt. Im Rahmen der Gruppe können die Kinder sich mit Gleichaltrigen in vergleichbarer Situation austauschen, den Umgang mit Wut und Trauer über die Trennung gemeinsam aufarbeiten, Gefühle, Wünsche und Hoffnungen ausdrücken lernen und gemeinsam spielen und Spaß haben.	Frau Pflker: 06131 - 61 06 62
DKSB Mainz	ab Januar + n. den Herbstferien (gesamt drei Gruppen)	Expressive Sandarbeit	Kinder 5-13 Jahre mit traumatischen Erfahrungen	i.d.R. parallel in Spremlingen u Mainz	Expressive Sandarbeit (ESA) ist eine kulturübergreifende, psychosoziale Traumatisches Erlebnissen zu unterstützen.	Frau Pflker: 06131 - 61 06 62
DKSB Mainz	n. Sommerferien	Starke Kinder - starke Eltern	Eltern	Nieder-Olm	Erziehungskurs zur Stärkung von Eltern in ihrem Erziehungsalltag. In diesem Kurs werden verschiedene Erziehungsstrategien wie unterschiedliche Erziehungsstile, Regeln und Grenzen, Rituale, Geschwisterverhalten, Konsequenzen, Medienkonsum, Bedürfnisse der unterschiedlichen Familienmitglieder u. a. besprochen und Lösungsansätze erarbeitet.	Frau Pflker: 06131 - 61 06 62
epp	Sommerferien	Trennung- und Scheidungsgruppe	Kinder 9-12 Jahre	Mainz	In der Gruppe erfahren die Kinder, dass sie nicht alleine dastehen, denn anderen Kindern geht es ähnlich wie ihnen. Sie werden dabei unterstützt, ihre Gefühle in Bezug auf die Trennung auszudrücken, sich Freiräume zu schaffen und zu beginnen eine eigene Perspektive zum Trennungsgeschehen und der neuen Lebenssituation zu entwickeln.	Kathrin Eiermann-Boffo Ulrike Schmolli Jonas Schlechtriemen 06131 - 96 55 40
epp	Fruhjahr/Sommer 26	Tuning into the Kids	Elterncoaching	Mainz/ Oppenheim	Elterntrainingsprogramm, das Eltern dabei unterstützen soll, die emotionalen Kompetenzen ihrer Kinder zu fördern, indem sie lernen, auf die Emotionen der Kinder einzugehen und sie zu coachen. Das Programm integriert Achtsamkeits-, emotionalsensibilisierende und bindungstheoretische Ansätze, um Eltern zu helfen, eine unterstützende Haltung gegenüber den Emotionen ihrer Kinder einzunehmen und gleichzeitig konstruktive Grenzen zu setzen.	Herr Schlechtriemen, Frau Schmolli 06131 - 96 55 40
VAMV Mainz	Ostern	Gruppe für Alleinerziehende	Alleinerziehende Mütter/ Väter	Mainz	Gruppenangebot zur Stärkung der Selbsthilfe/ Eigenwahrnehmung	Frau Hübner: 06131 - 61 06 33; hoebner@vamv-rip.de

Kontaktadressen der Hauptgeschäftsstellen:

Caritas Mainz St. Nikolaus 117er Ethenhof 3-3a 55118 Mainz 06721 - 90 74 6 0 beratungszentrum@caritas-mainz.de	epp Erziehungs-, Familien- und Lebensberatung Kaiserstraße 37 55116 Mainz 06131 - 96 55 40 epmainz@ekhn.de	DKSB Deutscher Kinderschutzbund Mainz Ludwigstr. 7 55116 Mainz 06131 - 61 06 62 beratungsstelle@kinderschutzbund-mainz.de	VAMV Verband allein Erziehender Mütter und Väter Kaiserstr. 29 55116 Mainz 06131 - 61 06 33 info@vamv-rip.de
--	--	---	--