



Kreisjugendring  
Bad Tölz- Wolfratshausen

Sozialdienst kath. Frauen e.V.  
Garmisch-Partenkirchen



Neuer Kurs ab 11. Okt. 2011



*„Hilfe,  
mein Kind  
pubertiert“*

Mehr Freude und weniger  
Stress im Erziehungsalltag

Für Jugendliche zwischen 12 und 18 Jahren steht die Zeit der Veränderung und des Experimentierens im Vordergrund.

Sie entwickeln sich sowohl im körperlichen als auch im geistigen Bereich. Sich selbst entdecken und eigene Wege gehen gehört genauso zum erwachsen werden dazu, wie das Experimentieren mit Sexualität, Äußerlichkeit, Rauchen, Trinken und anderen Drogen.

### ***Auch für die Eltern ändert sich viel.***

Die Beziehung zu den Kindern erhält andere Schwerpunkte:

- ◆ Wir müssen loslassen.
- ◆ Wir müssen Raum für Persönlichkeitsentwicklung geben.
- ◆ Wir müssen Entwicklungsprozesse unterstützen.
- ◆ Wir müssen Verantwortung abgeben und gleichzeitig akzeptable Regeln und Grenzen setzen.

### ***Kennen Sie diese Fragen auch?***

- ⇒ Wie kann ich Grenzen setzen?
- ⇒ Wie soll ich bei Konflikten reagieren?
- ⇒ Wie gebe ich Orientierungshilfe?
- ⇒ Welche Werte und Normen vertritt ich?
- ⇒ Wie handle ich zuverlässige Absprachen aus?
- ⇒ Mein Kind bringt mich zur Weißglut - Was kann ich tun?

### ***Wenn ja . . . .***

Möchten wir Sie zu unserem Elternkurs einladen!

***Der Kurs umfasst 8 Einheiten die jeweils ca. 2 Stunden dauern.  
Ein Nachtreffen wird nach Absprache angeboten.***

### **Inhalte und Themen unserer Treffen:**

- Umgang mit explosiven Erziehungssituationen mit aktuellen Beispielen der Kursteilnehmer, welche Handlungsmöglichkeiten gibt es und wie wende ich sie an?
- Konfliktlösung und Verhandlungskunst, wie treffen wir Vereinbarungen, die von allen eingehalten werden können?
- Grenzen setzen - Was ist mir wichtig und wie setze ich das auch durch?
- „Plötzlich ist alles anders, ich erkenne mein Kind nicht mehr – wie bleiben wir trotzdem im Gespräch?“
- Was bewirkt die Pubertät meines Kindes in meinem Leben?
- Was hilft mir in dieser Phase des Umbruchs?

### **Ort:**

Kreisjugendring, Prof. Max-Lange Platz 5, 82646 Bad Tölz (Flintcenter)

### **Leitung:**

**Barbara Oberhofer**, Dipl.Sozialpäd. (FH)

Ausbildung in systemischer Paar- und Familientherapie. Tätig in der Jugendarbeit im Landkreis.  
Elternkurstrainerausbildung beim Deutschen Kinderschutzbund.  
Fortbildung „Hilfe mein Kind pubertiert“ der Aktion Jugendschutz in Bayern

**Monika Duna**, Dipl.Sozialpäd. (FH)

Ausbildung in systemischer Pädagogik, Kommunikations- und Paartherapie. Tätig beim Sozialdienst kath.Frauen e.V. in der Schwangerenberatung.  
Elternkurstrainerausbildung beim Deutschen Kinderschutzbund

**Termine:** dienstags 19.30 – 21.30 Uhr

11.10./ 25.10./ 08.11./ 22.11./ 06.12./ 20.12./  
10.01./ 24.01.2012

### **Anmeldung:**

Kreisbildungswerk Bad Tölz – Wolfratshausen  
Tel. 08041/6090

### **Gebühr:**

Paare: € 90.-  
Einzelpersonen: € 60.-