



“HILFE, MEIN KIND PUBERTIERT!”

zertifizierter Elternkurs
Aktion Jugendschutz Bayern

Bitte Kontakt aufnehmen mit:

Karin van Dieken
Renate Kaufmann
zertifizierte Kursleiterinnen,
Sozialpädagoginnen B.A.
karin@van-dieken.de
RenateKaufmann@web.de

<https://hilfe-mein-kind-pubertiert.de/>
www.farbwelten-vandieken.de



Kurs für Eltern 12-18 jähriger Kinder (ab 6. JgSt)

zur Unterstützung bei Erziehungsproblemen
rund um die Pubertät

Für junge Menschen beginnt mit etwa 12 Jahren eine Zeit großer körperlicher und geistiger Veränderungen. Es ist eine anstrengende Zeit der Selbstfindung und des Umbruchs für die Jugendlichen, aber auch für deren Eltern. Die Beziehung zu den Erwachsenen wird während dieser Zeit neu strukturiert, die Schwerpunkte im Miteinander von Eltern und Kindern verschieben sich.

Auch Eltern müssen in dieser Zeit also einiges neu lernen:

- **loszulassen**
- **ihren Kindern Raum und Freiheiten für die Persönlichkeitsentwicklung zu geben**
- **Entwicklungsprozesse zu unterstützen und**
- **Verantwortung abzugeben und zu vertrauen, aber zugleich auch Regeln festzulegen**

Der Kurs vermittelt Wissen und bietet Gelegenheit zum Üben von schwierigen Gesprächssituationen.

Es werden die Themen behandelt:

- Mißbrauch und Sucht:
alles rund um Alkohol, Medien, Drogen & Co
- Pubertät - die Lebenswelt und Motive von Kindern und Jugendlichen
- Im Gespräch bleiben -
auch wenn`s schwierig wird
- Verhandeln und Grenzen setzen -
wie kann es gehen?

zur Durchführung an Schulen

- 7 Sitzungen á 2,5 Stunden
- im 14-tägigen Rhythmus
- für 10 bis 16 Teilnehmer*innen
- inklusive Vor- und Nachbereitung, Kursorganisation und Information an einem geeigneten vorgeschalteten Elterninformationsabend
- Durchführung ab September 2024
- Kostenpauschale: 2500€
(Anleitung durch 2 qualifizierte Fachkräfte)
- Fördermittel möglich
(Projektgelder Jugendamt, §16 SGB VIII Familienbildung und -förderung, ...)

Eltern stellen sich häufig Fragen wie:

- Wie und wann kann und sollte ich Grenzen setzen?
- Wie soll ich reagieren, wenn Probleme auftauchen?
- Wie helfe ich meinem Kind, sich zu orientieren?
- Welche Normen und Werte verrete ich selbst dabei?
- Wie schaffe ich es, zuverlässige Absprachen mit meinem Kind zu treffen?
- Wie sollte ich mich verhalten, wenn mein Kind mit Konsummitteln zu experimentieren beginnt?
- Woher bekomme ich Informationen, wenn ich nicht weiterweiß?

Unser Elternkurs richtet sich an Eltern, die auf genau solche Fragen Antworten suchen und ihre Kinder in der schwierigen Phase der Pubertät besser verstehen, begleiten und unterstützen wollen. Dabei ist es besonders wichtig, informiert zu bleiben. Daher wird zunächst alles Wichtige über Konsummittel und das Thema Sucht vermittelt. Und die Eltern lernen und üben ein, mit ihren Kindern offen und auf Augenhöhe über Alkohol und andere Rauschmittel zu sprechen.