



Evangelisches Jugend- und
Fürsorgewerk gAG

Elternkurs „ Abenteuer Pubertät – gelassen durch stürmische Zeiten“

Liebe Eltern,

wenn Ihnen das Verhalten Ihres Kindes rätselhaft erscheint, wenn Sie selbst nicht mehr ganz sicher sind, wo Ihr Kind Freiheiten braucht und wo Ihr Kind Grenzen sucht, dann hat das „Abenteuer Pubertät“ begonnen. Die Pubertät ist eine turbulente Zeit: für Eltern und Jugendliche.

Möchten Sie besser verstehen, was Jugendliche in der Pubertät brauchen? Fragen Sie sich, wie Sie Ihr Kind gut durch die Pubertät begleiten und dabei selbst gelassen bleiben können? Wie können beide Seiten, sie möglichst unbeschadet und gestärkt überstehen?

Rund um diese Fragen soll es in unserem Elternkurs gehen. Der Kurs unterstützt Väter und Mütter in dieser Zeit des Umbruchs und zeigt Wege, wie sie Jugendlichen in ihrem Selbstwertgefühl stärken, Grenzen respektvoll setzen und Kooperationen entwickeln können. Ihre Fragen aus dem Familienalltag sind willkommen und gern Grundlage für einen gemeinsamen Austausch.

Termine und Themen der fünf Einheiten:

- **07.12.2017: 18.30 - 21.00 Uhr: Veränderungen wahrnehmen-** soziale Grundbedürfnisse achten
- **11.01.2018: 18.30 - 21.00 Uhr: Achtsamkeit entwickeln-** Position beziehen
- **25.01.2018: 18.30 - 21.00 Uhr: Dem Jugendlichen das Leben zutrauen-** Halt geben
- **15.02.2018: 18.30 - 21.00 Uhr: Das positive Lebensgefühl stärken-** Konflikte entschärfen
- **01.03.2018: 18.30 - 21.00 Uhr: Kompetenzen sehen-** das Leben gestalten

**Wo: Jugend und Familienzentrum „Clab“, Bakedamm 2,
14532 Stahnsdorf**

Kosten: keine

Der Kurs wird geleitet durch unsere **Referentin Frau Lingnau.**

Anmeldungen bitte bis zum 05.12.2017 **unter 03329/690 7225**
oder familienzentrum.clab@ejf.de bei Claudia Redetzky.

Jugend- und Familienzentrum
„Clab“ – CluB an der Bäke

Tel. +49 (0) 30 76 884-0
Fax +49 (0) 30 76 884-200
E-Mail info@ejf.de
www.ejf.de

EJF gemeinnützige AG
Diakonisch-soziale Arbeit in
Berlin, Brandenburg, Bayern,
Niedersachsen, Nordrhein-
Westfalen, Sachsen-Anhalt
und Thüringen

