



ELTERNKURS

HILFE, MEIN KIND PUBERTIERT!

Ein Kursangebot für Eltern
pubertierender und mit Suchtmitteln
experimentierender Kinder

- Der Kurs umfasst **7 Abende**, jeweils von **18:00 – ca. 20:30 Uhr**
- Informationsabend zum Kurs am 1. Oktober 2019 von 18:00 – ca. 19:00 Uhr**
im Gemeindehaus der Ev. Kirchengemeinde Oberallershausen
- Kurstermine:** immer dienstags

**05. November 19
19. November 19
03. Dezember 19
17. Dezember 19
07. Januar 20
21. Januar 20
04. Februar 20**

- Ort:** Gemeindehaus der Ev. Kirchengemeinde Oberallershausen, Johannes-Dannheimer-Straße
- Kosten:** 45 Euro pro Person
Bei Elternpaaren zahlt eine Person nur die Hälfte
- Bankverbindung:** Sparkasse Freising, IBAN DE 58 70051003 0000 0668 11
- Betreff:** „Elternkurs“
- Die maximale Teilnehmeranzahl beträgt 16 Personen, damit alle ihre jeweiligen Themen einbringen können
- Anmelden** für den **Elternkurs** können Sie sich im Pfarramt der Ev. Kirchengemeinde
Tel.: 08166-9763 Fr. Reinhardt
Für den **Infoabend** melden Sie sich an unter 08161/5374300

Hilfe mein Kind pubertiert ist ein zertifiziertes Kursangebot von:



Kontakt bei Nachfragen:

Gesundheitsamt Freising

Sabrina Dietrich

Johannisstraße 8

85354 Freising

Tel.: 08161 - 5374 - 335

Sabrina.Dietrich@kreis-fs.de

Die Referentinnen:

Sabrina Dietrich (Gesundheitsamt FS)

Diplom-Sozialpädagogin (FH)

Mediatorin (BM)

Fachkraft für Suchtprävention

Beatrice Smoktun (Prop e.V.)

Soziologin, MPH (Univ.)

Systemische Beraterin



Zeit der Pubertät

Für Jugendliche ist die Pubertät die Zeit, sich selbst zu entdecken, zu experimentieren und zu lernen, eigene Wege zu gehen. Experimentieren mit der äußereren Erscheinung gehören dazu ebenso, wie der Konsum von Tabak, Alkohol oder anderen Suchtmitteln.

Dadurch verändert sich die gesamte Beziehung zu den Eltern, Widerstände und Konflikte häufen sich.

Die Entwicklungsaufgabe von Jugendlichen in der Pubertät besteht darin, eine eigene Identität zu entwickeln – das heißt auch, sich abzugrenzen. Eltern hingegen müssen Orientierung geben, Regeln aushandeln und auch Grenzen setzen.

Entscheidend ist dabei, im Gespräch zu bleiben, auch und gerade dann, wenn es schwierig wird.



Kennen Sie diese Fragen?

- Wie kann ich mit meinem Kind im Gespräch bleiben?
- Wie soll ich Grenzen setzen?
- Wie soll ich reagieren?
- Wie gebe ich Orientierung?
- Wie handle ich Absprachen aus, die dann auch eingehalten werden?
- Wie schütze ich mein Kind vor Abhängigkeit?

Wenn ja ...

- Der Elternkurs richtet sich an Eltern, die Unterstützung in dieser schweren Phase wollen.
- Eltern werden ermutigt, mit ihren Kindern über Alkohol, Suchtmittel und andere Probleme zu sprechen und sie erfahren, wie man so ein Gespräch sinnvoll gestalten kann.

Ablauf des Kurses

Der Kurs besteht aus 7 Abenden zu jeweils 2,5 Stunden.

Zielgruppe: Eltern von Kindern/ Jugendlichen im Alter von 12-17 Jahren

Themen der Treffen

- Missbrauch und Sucht: alles rund um Alkohol, Online-Sucht, Drogen & Co
- Pubertät – die Lebenswelt & Motive von Kindern und Jugendlichen
- Im Gespräch bleiben – auch wenn's schwierig wird
- Verhandeln und Grenzen setzen

