

## Kursangebot für Eltern mit Kindern in der Pubertät

# KESS

erziehen umfasst...

- Veränderungen wahrnehmen -  
Die sozialen Grundbedürfnisse  
der Jugendlichen sehen
- Achtsamkeit entwickeln -  
Position beziehen
- Das Leben dem Jugendlichen  
zutrauen - Halt geben
- Das positive Lebensgefühl  
stärken -  
Konflikte entschärfen
- Kompetenzen sehen -  
Das Leben gestalten

### Termine auf Anfrage

Insgesamt 5 Termine à 2 Stunden

#### Information und Anmeldung:

#### Psychologische Beratungsstelle für Eltern, Kinder und Jugendliche

Mühlbachstr. 18, 88662 Überlingen

Tel.: 07551/ 308560

Fax: 07551/ 3085620

[psychologische.beratungsstelle@caritas-linzgau.de](mailto:psychologische.beratungsstelle@caritas-linzgau.de)

[www.psychologischeberatungsstelle-ueberlingen.de](http://www.psychologischeberatungsstelle-ueberlingen.de)

#### Sekretariatszeiten:

Mo + Mi + Fr 9:00 – 12:00 Uhr

Di + Mi + Do 14:00 – 17:00 Uhr

#### Kursgebühren

50 € Elternteil/ 65 € Elternpaare

An den Kosten soll eine Teilnahme nicht scheitern,  
bitte sprechen Sie mit uns!

Ihre Anmeldung wird erst verbindlich mit der Überwei-  
sung der Kursgebühren auf nachstehendes Konto:

Caritasverband Linzgau  
Sparkasse Bodensee

IBAN:DE09690500010001027101

BIC: SOLADES1KNZ



# Kess

kooperativ | ermutigend | sozial | situationorientiert

erziehen

## Abenteuer Pubertät

### Ein Seminar für Väter und Mütter



Psychologische Beratungsstelle für  
Eltern, Kinder und Jugendliche

Mühlbachstr.18

88662 Überlingen



*Kess erziehen – unterstützt Sie in einem demokratisch-respektvollen Erziehungsstil*

**Kess**  
kooperativ | ermutigend | sozial | situationsorientiert  
**erziehen**

*Sie möchten...*

- über wichtige Aspekte einer gelingenden Beziehung nachdenken und praktische Anregungen für den Alltag bekommen.
- die Lebenswelt der Jugendlichen besser verstehen.
- Ihre Beziehung zum Jugendlichen so weiterentwickeln, dass Eigenständigkeit und Kooperation Platz finden.
- verstehen, was hinter dem aggressiven oder verweigernden Verhalten des Jugendlichen steckt.
- Handlungsalternativen für verfahrenere Situationen finden.
- Sie erfahren, welche sozialen Grundbedürfnisse Jugendliche haben und wie Sie ihnen Verständnis entgegen bringen können.
- Sie lernen, welche Veränderungen in der Pubertät geschehen und wie Sie adäquat darauf reagieren können.
- Sie werden ermutigt, Grenzen zu setzen und dem Jugendlichen die logischen und fairen Konsequenzen zuzumuten, die aus seinem Verhalten resultieren.
- Sie erarbeiten Strategien, um Konfliktsituationen zu entschärfen und Probleme gemeinsam zu lösen.
- Sie erhalten Impulse, wie Sie das positive Lebensgefühl und die Beziehung zu den Jugendlichen stärken können.



Weitere Informationen unter:

[www.elternkurs.info](http://www.elternkurs.info)  
[www.kess-freiburg.de](http://www.kess-freiburg.de)