Kurstermine

Dienstag, 23. Januar 2018
Dienstag, 30. Januar 2018
Dienstag, 06. Februar 2018
- Ferien -
Dienstag, 20. Februar 2018
Dienstag, 27. Februar 2018

jeweils von 19:00 bis ca. 21:30 Uhr

Referentinnen

Dr. Birgit Rank und Regina Pintzka
zertifizierte Kess-Kursleiterinnen

Ort

Willibald-Gymnasium
Schottenau 16
85072 Eichstätt

Nähere Informationen finden Sie auch unter:

KOLPING

www.kolpingwerk-eichstaett.de/themen-aktionen
www.kess-erziehen.de

Veranstalter

Kath. Erwachsenenbildung
Landkreis Eichstätt e.V.

Teilnehmerzahl

begrenzt auf 12 Teilnehmer

Anmeldeschluss

15. Januar 2018

Kosten

40,00 € pro Person / 50,00 € pro Paar
8,00 € Elternhandbuch (kann vor Ort erworben werden)

Anmeldung

KEB Landkreis Eichstätt e.V.
Pedettistr. 9, 85072 Eichstätt
Tel.-Nr.: 08421 / 3233; Fax: - 3286
E-Mail: keb-ei@altmuehlnet.de

KEB Katholische Erwachsenenbildung im Landkreis Eichstätt e.V.

QES.T ZERTIFIZIERT

Die KEB im Landkreis Eichstätt e. V. ist im Rahmen des Qualitätsentwicklungssystems „QES.T" der katholischen Erwachsenenbildung in Bayern zertifiziert.

Kess
kooperativ | ermutigend | sozial | situationsorientiert
erziehen®



Abenteuer Pubertät

Für Väter und Mütter
von Jugendlichen
im Alter von 11 bis 16 Jahren

23. Januar - 27. Februar 2018

Eichstätt

kooperativ | ermutigend | sozial | situationsorientiert

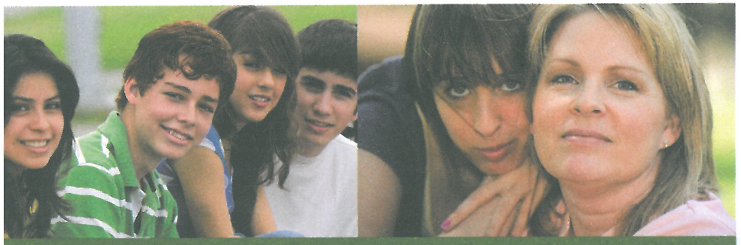
08/12

DAS ZIEL

Pubertät – das ist für Eltern wie für Jugendliche eine Phase des Aufbruchs. Das ist risikoreich und anstrengend – und zugleich gibt es viel Schönes neu zu entdecken. Beide Seiten werden ernst genommen – in einer Haltung, die darauf vertraut: Wir werden bereichert aus der Phase der Pubertät herausgehen.

Kess-erziehen: Abenteuer Pubertät unterstützt Mütter und Väter,

- das positive Selbstwert- und Lebensgefühl ihres heranwachsenden Kindes zu fördern,
- (störende) Verhaltensweisen von Jugendlichen »anders« zu verstehen und angemessen darauf zu reagieren,
- die Spannung zwischen Abgrenzung und gewünschter Gemeinschaft als Familie auszuhalten und kooperativ zu gestalten,
- Grenzen respektvoll zu setzen,
- die Entwicklung des Sohnes/der Tochter zu einem eigenständigen, verantwortungsvollen und lebensfrohen Menschen zu fördern.



Weitere Informationen sowie die Liste der zertifizierten KursleiterInnen gibt es zudem im Internet unter

www.kess-erziehen.de

DER WEG

***Kess*-erziehen: Abenteuer Pubertät** ist ein praxisorientierter Kurs für Eltern mit jugendlichen Kindern im Alter von 11 bis 16 Jahren.

In fünf Einheiten werden folgende Inhalte vertieft:

- Lebenswelten wahrnehmen – Soziale Grundbedürfnisse achten
- Achtsamkeit entwickeln – Position beziehen
- Dem Jugendlichen das Leben zutrauen – Halt geben
- Ressourcen entdecken – Konflikte entschärfen
- Identität stärken – Beziehung gestalten

Der Kurs knüpft an konkrete Erziehungssituationen und an den Ressourcen der Teilnehmenden an. Zu jeder Einheit gehören Informationen über die Entwicklung und die Bedürfnisse von Jugendlichen, kleine Szenen, die unterschiedliche Dynamiken verdeutlichen, Anregungen, über die eigenen Ziele nachzudenken, und konkrete Impulse für die Praxis zu Hause.

»Der Kurs hat mir mehr Selbstsicherheit gebracht. Und es beruhigt mich zu sehen, dass Jugendliche etwas Gutes für sich selbst wollen.«

Wolfgang Bauer, 47, Freiburg



DIE HALTUNG

***Kess*-erziehen** vermittelt Eltern viele praktische Anregungen für den Erziehungsalltag. Und, noch wichtiger: eine Einstellung, die das Zusammenleben in der Familie erleichtert.

K wie kooperativ.

Das heißt: gemeinsam für ein gutes Familienklima sorgen. Regeln verabreden statt diktieren. Konflikte so lösen, dass keiner zu kurz kommt.

E wie ermutigend.

Das heißt: sich dem Jugendlichen zuwenden, auf seine Stärken schauen, seine Selbstständigkeit fördern. Ihm zumuten, die Verantwortung für sein Handeln zu übernehmen.

S wie sozial.

Das heißt: die Bedürfnisse des heranwachsenden Kindes nach Zuwendung und Mitbestimmung erfüllen. Und darauf achten, dass es seinerseits die Bedürfnisse der Eltern respektiert.

S wie situationsorientiert.

Das heißt: die im Moment gegebenen Bedingungen und die Möglichkeiten berücksichtigen, die bei Mutter und Vater sowie beim Jugendlichen vorhanden sind.

»Vieles ist mir klarer geworden; ich bin jetzt viel zuversichtlicher.«

Sibille Stein, 46, Hamburg

Impressum

Kursentwicklung
Arbeitsgemeinschaft für katholische Familienbildung AKF e.V.,
Mainzer Str. 47 · 53179 Bonn · **www.akf-bonn.de**

Projektteam
Christof Horst, Bonn (Projektleitung) · Maria Holtmann, Badenweiler · Klaus Luksch, Gutach · Ulrike Neumann, Mannheim · Regina Raulfs, Hamburg · Sigrid Rogge, Potsdam

Gesamtherstellung: www.kippconcept.de · **Fotos** iStockphoto, Fotolia