

# Elternkurs Pubertät“

# „Abenteuer

Die die Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche und Eltern der Städte Bergkamen und Kamen bietet ab 20. April wieder einen Elternkurs „Abenteuer Pubertät“ an. Die Teilnahme ist kostenfrei.

Wenn der Nachwuchs älter wird, stehen Eltern plötzlich vor vielen Rätseln: Wie komme ich gut mit meinem Kind durch die Pubertät? Welche physischen und psychischen Entwicklungen macht mein Kind in der Pubertät durch?

Eben hat man noch friedlich zusammen gesessen und die Ruhe genossen, schon entlädt sich ohne Vorwarnung ein Gewitter. Der erste Liebeskummer wird zur Krise. Der erste Kontakt mit Alkohol und Zigaretten stellt Eltern oftmals vor große Herausforderungen. Schnell kann der Familienalltag zum Stress ausarten. Eltern fühlen sich dann oft unverstanden und ratlos.

Hilfestellung für interessierte Eltern bietet die Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche und Eltern der Städte Bergkamen und Kamen jetzt mit ihrer Elternreihe „Abenteuer Pubertät“. An vier Abenden werden typische Alltagsprobleme mit Jugendlichen und Pubertätsthemen behandelt.

Von Diplom-Psychologin Andrea Brinkmann und Diplom-Heilpädagogin Uta Schilling erfahren die Eltern Wissenswertes und Hilfreiches rund um die Erziehung Jugendlicher. So haben in vielen Situationen Bestrafungs- und Sanktionsmaßnahmen gegenteilige Wirkung erzielt. Vielmehr könne eine selbstbewusste elterliche Position und das gleichzeitige Angebot, in Krisen mit Rat und Tat zur Seite zu stehen, das Familienleben entspannen.

Während der vier Abende stehen Themen wie körperliche Veränderungen und pubertätsbedingte Entwicklungen, Sexualität,

Abgrenzung, Selbständigkeit, Verantwortungsübernahme oder Schule und Clique auf der Tagesordnung. Darüber hinaus haben die Eltern die Gelegenheit, eigene Fragen und Themen mit einzubringen.

Die Elternreihe startet am **Montag, 20. April**, um 19 Uhr **in der Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche und Eltern in Bergkamen, Zentrumstraße 22.**

Weitere Abende finden statt am: **Montag, 11. Mai, Montag, 1. Juni und Montag, 22. Juni.**

**Die Teilnahme ist kostenfrei. Die verbindliche Anmeldung für alle vier Abende des Elternkurses ist telefonisch ab Montag, 23. März 2015, unter der Telefonnummer 02307 68 67 8 möglich. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt.**