Anmeldung
Zum Grundkurs „Kess-erziehen“
Abenteuer Pubertät
April/Mai 2020
Kirchgemeindezentrum Brunnadern

_____
Name/Vorname

_____
Name/Vorname

_____
Strasse

_____
Wohnort

_____
Telefon

_____
E-Mail

Anmeldung
bis **Montag, 16. März 2020,** an:
Sekretariat
Evang. Kirchgemeinde Unteres Neckertal
Dorfstrasse 20
9125 Brunnadern
Tel 079 313 18 13
e-mail: ralph@jaegle.ch

Grundkurs

Kursdaten
Mittwoch, 1. April, Dienstag, 21. April,
Dienstag, 5. Mai
jeweils von 19.30 Uhr – 22.00 Uhr

Kursort
Kirchgemeindezentrum Brunnadern
Dorfstrasse
9125 Brunnadern

Kursleitung
Madeleine Winterhalter-Häuptle
Fachstelle Partnerschaft- Ehe-Familie Bistum
St. Gallen

Veranstalter
Erwachsenenbildung ref. Kirche unteres
Neckertal
Erwachsenenbildung ref. Kirche oberes
Neckertal

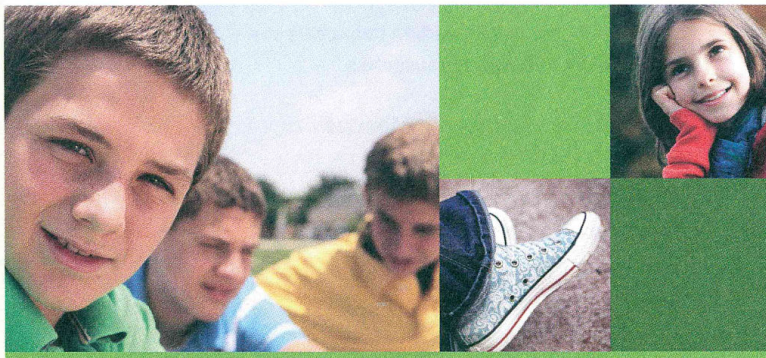
Kurskosten
Pro Person: Fr. 60.- inkl. Kursmaterial
Pro Paar: Fr. 90.- inkl. Kursmaterial
Teilnehmerzahl: 10 – 14 Personen

Anmeldung Grundkurs bis 16. März 2020:
Sekretariat, evang. Kirchgemeinde Unteres
Neckertal

Aufbaukurs

Möglichkeit, nach dem Grundkurs auch
Aufbaukurs (14. und 26. Mai 2020) zu
besuchen.

Kess
kooperativ | ermutigend | sozial | situationsorientiert
erziehen®



Abenteuer Pubertät

Eltern-Kurs

für Mütter und Väter
von Kindern ab Oberstufe

Evang. Kirchgemeindezentrum
Dorfstrasse, 9125 Brunnadern

kooperativ | ermutigend | sozial | situationsorientiert

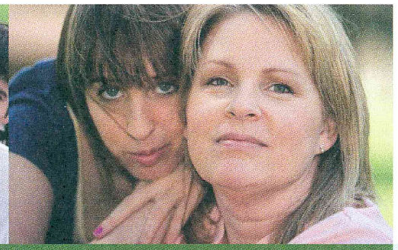
08/11

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:

- Veränderungen wahrnehmen – die sozialen Grundbedürfnisse achten
- Achtsamkeit entwickeln – Position beziehen
- Dem Jugendlichen das Leben zutrauen – Halt geben
- Das positive Lebensgefühl stärken – Konflikte entschärfen
- Kompetenzen sehen – das Leben 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, 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: nicht stur »nach Lehrbuch« handeln. Sondern die persönlichen Möglichkeiten und Ziele von Eltern und Jugendlichen berücksichtigen.

»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