



## **Für Schnell- und Kurzentschlossene**

### **Kess-erziehen Elternkurs „Abenteuer Pubertät“**

#### **Wir starten neu mit einem ONLINE-Kurs**

#### **Wir starten am Donnerstag, den 14.05.2020**

Die weiteren Termine: 28.05.2020 / 04.06.2020 / 11.06.2020 / 18.06.2020

Dauer jeweils von 20:00 - 21:45 Uhr

Unkomplizierter Zugang zum Seminar(Webinar)raum mit Direktzugang durch Eingeben eines zuvor zugesandten Links. Die aktuellen Zugangsdaten werden vor jedem Termin per Mail zugesandt.

Es muss kein APP o. a. im Vorfeld heruntergeladen oder installiert werden!

Kursleiterinnen: Margrit Bennert, Kess-Kursleiterin

Dorothea Hühne, Kess-Kursleiterin

Anmeldung: [info@kaleb-dresden.de](mailto:info@kaleb-dresden.de)

Kosten: 30 Euro (inklusive des Elternhandbuchs, welches zugeschickt wird)

#### **Zu den Kursinhalten:**

In einer gelassenen Haltung, die darauf vertraut, dass Jugendliche wie Eltern bereichert aus der Phase der Pubertät herausgehen, werden deren anstrengenden wie schönen Seiten in den Blick genommen. Der Kurs unterstützt Väter und Mütter in dieser Zeit des Umbruchs und zeigt Wege, wie sie Jugendlichen in ihrem Selbstwertgefühl stärken, Grenzen respektvoll setzen und Kooperationen entwickeln können.

#### **Kess-erziehen:**

- ermutigt Mütter und Väter zu einem entspannten und erlebnisreichen Miteinander mit ihren Kindern
- vermittelt Eltern viele praktische Anregungen für den Erziehungsalltag
- hilft zu einer Einstellung, die das Zusammenleben in der Familie erleichtert
- zeigt, wie Eltern respektvoll Grenzen setzen können.

#### **Die 5 Einheiten bauen inhaltlich aufeinander auf:**

1. Lebenswelten des Jugendlichen wahrnehmen –Beziehung gestalten
2. Konflikte entschärfen –Position beziehen
3. Dem Jugendlichen das Leben zutrauen –Halt geben
4. Einander ermutigen –Das positive Lebensgefühl stärken
5. Eigenständigkeit fördern –Die Ablösung mitgestalten



Diese Maßnahme wird mitfinanziert durch Steuermittel auf der Grundlage des von den Abgeordneten des Sächsischen Landtags beschlossenen Haushaltes.