

## Organisatorisches

- Der Kurs umfasst 6 – 7 Abende zu je ca. 2,5 Stunden
- Die maximale Teilnehmerzahl beträgt ca. 16 Personen, damit alle ihre jeweiligen Themen einbringen können
- Kursbeginn:  
Jeweils in Pfaffenhofen a.d. Ilm und Manching  
Start im März oder September

## Kontakt

**Eva Schröder**

Sachgebiet Familie, Jugend, Bildung  
Landratsamt Pfaffenhofen a.d. Ilm

Tel. 08441 27-124 | 01520 9061738  
eva.schroeder@landratsamt-paf.de



## Mehr Infos

[www.hilfe-mein-kind-pubertiert.de](http://www.hilfe-mein-kind-pubertiert.de)

„Hilfe mein Kind pubertiert!“ ist ein zertifiziertes Kursangebot von:



Landratsamt Pfaffenhofen a.d. Ilm

Herausgeber: Landkreis Pfaffenhofen a.d. Ilm  
Hauptplatz 22, 85276 Pfaffenhofen a.d. Ilm  
Tel.: 08441 27-0 | Fax: 08441 27-271  
poststelle@landratsamt-paf.de  
[www.landkreis-pfaffenhofen.de](http://www.landkreis-pfaffenhofen.de)

02/2017

Layout: K-3D Graphic  
[www.k-3d.de](http://www.k-3d.de)  
Fotos: © Peter Atkins,  
Kipunn Pawon, rojulian,  
Vladimir (alle Fotolia.com)



## HILFE, MEIN KIND PUBERTIERT!



### ■ Zeit der Pubertät

Für Jugendliche ist die Pubertät die Zeit, sich selbst zu entdecken, zu experimentieren und zu lernen, eigene Wege zu gehen. Experimentieren mit der äußeren Erscheinung gehören ebenso dazu, wie der Konsum von Tabak, Alkohol oder anderer Suchtmittel.

Dadurch verändert sich die gesamte Beziehung zu den Eltern, Widerstände und Konflikte häufen sich.

Die Entwicklungsaufgabe von Jugendlichen in der Pubertät besteht darin, eine eigene Identität zu entwickeln – das heißt auch, sich abzugrenzen. Eltern hingegen müssen Orientierung geben, Regeln aushandeln und Grenzen setzen.

Entscheidend ist dabei, im Gespräch zu bleiben, auch und gerade dann, wenn es schwierig wird.



### ■ Kennen Sie diese Fragen?

- Wie kann ich mit meinem Kind im Gespräch bleiben?
- Wie soll ich Grenzen setzen?
- Wie soll ich reagieren?
- Wie gebe ich Orientierung?
- Wie handle ich Absprachen aus, die dann auch eingehalten werden?
- Wie schützte ich mein Kind vor Abhängigkeit?

### Wenn ja ...

Der Elternkurs richtet sich an Eltern, die Unterstützung in dieser schweren Phase suchen.

Eltern werden ermutigt, mit ihren Kindern über Alkohol, Suchtmittel und andere Probleme zu sprechen und sie erfahren, wie man so ein Gespräch sinnvoll gestalten kann.

### ■ Ablauf des Kurses

Der Kurs besteht aus 6 – 7 Abenden zu jeweils 2,5 Stunden.

### ■ Themen der Treffen

- Pubertät – die Lebenswelt und Motive von Kindern und Jugendlichen
- Im Gespräch bleiben – auch wenn's schwierig wird
- Verhandeln und Grenzen setzen
- Missbrauch und Sucht: alles rund um Alkohol, Online-Sucht, Drogen & Co