

# Wie umarme ich einen Kaktus?



Bild: freepik.com

## Elternsein in der Pubertät

**Online-Kurs am  
17.06. / 24.06. / 01.07.2021  
jeweils 19-22 Uhr**

**Leitung: Tamara Büttner**

Gebühr: Euro 51,-  
für Paare: Euro 75,-

Pubertät ist keine ansteckende Krankheit – auch wenn's für alle Beteiligten manchmal aufregend wird. Hilfreich ist es, diese Phase als eine notwendige Zeit der Entwicklung, der Veränderung und des Wandels zu betrachten. Das gilt für beide Seiten – Eltern wie Heranwachsende.

Grundlegende Informationen über die Pubertät können Eltern helfen, einen anderen Blickwinkel einzunehmen und zu entdecken, was im Umgang mit den Heranwachsenden unverzichtbar ist.

Der Online-Kurs bietet viele Informationen, Anregungen und Tipps zu den Themen:

- **Das Teenagergehirn ist eine Baustelle und das Zimmer meistens auch.** Neue Erkenntnisse der Gehirnphysiologie und Entwicklungspsychologie
- **Reif fürs Leben.** Körperliche Veränderungen, beginnende Sexualität, neue Gefühle
- **Auch Igel brauchen Liebe.** Ängste wahrnehmen, positiver Umgang mit jugendlichen Aggressionen
- **Mediennutzung.** Umgang mit den verschiedenen Medien, Regeln und Grenzen, wann beginnt Suchtverhalten?
- **Gestärkt für das was kommt.** Loslassen und Haltgeben als Aufgabe der Eltern, Integration des neuen Wissens in den Erziehungsalltag

### Information/Anmeldung:

Bildungszentrum Singen

Tel. 07731 982590

[info@bildungszentrum-singen.de](mailto:info@bildungszentrum-singen.de)

Online über [www.bildungszentrum-singen.de](http://www.bildungszentrum-singen.de)

**b**  
**BILDUNGSWERK**  
der Erzdiözese Freiburg