



Der Kinderschutzbund  
Ortsverband Karlsruhe



Starke Eltern  
Starke Kinder

## Elternkurs Starke Eltern – Starke Kinder „Pubertät: Aufbruch, Umbruch – kein Zusammenbruch!“

Vorsicht: Umbauarbeiten im Gehirn!

Mitunter erkennen Eltern ihre pubertierenden Kinder nicht wieder – so stark sind die körperlichen und seelischen Veränderungen, die Jungen und Mädchen durchmachen. Auf die eine und andere Weise erleben die meisten Eltern die Pubertät ihrer Kinder als dramatischen Einschnitt ins Familienleben. Was nicht erstaunt angesichts der fundamentalen Umbauarbeiten im Gehirn von Jugendlichen, der permanenten Hormonausschüttungen und der medialen Reizüberflutung. Irgendwann stellt sich dann die Frage, ob denn alle Erziehung nutzlos war. Das war es natürlich nicht!

Viele Eltern fürchten sich vor der Pubertät ihrer Kinder, weil sie diese Zeit auf Konflikte reduzieren, mit Krisen gleichsetzen. Gleichwohl entsteht aus der Krise vielfach etwas Neues, entpuppt sich aus dem kindlichen Ich schließlich ein junger Erwachsener. Dabei ist immer wieder die Unterstützung der Eltern wichtig – selbst, wenn sie mitunter darin besteht, im richtigen Moment loszulassen!

Die Pubertät ist somit auch ein neuer Anfang für Kinder und Eltern! Denn mit Pubertät lässt sich auch produktiv umgehen. Die damit einhergehenden Krisen sind für Eltern eine Chance, in eine neue partnerschaftliche Beziehung zu den heranwachsenden Kindern zu treten - eine Beziehung, die nicht auf Macht und Kontrolle aufbaut, sondern von gegenseitigem Respekt und gegenseitiger Achtung geprägt ist. Wie können Eltern ihren Kindern in dieser Zeit hilfreich zur Seite stehen? Und was brauchen sie dazu?

Aufbauend auf dem Konzept „Starke Eltern – Starke Kinder“ möchte der Kurs „**Pubertät: Aufbruch, Umbruch – kein Zusammenbruch**“ die positiven Seiten dieser oft als so schwierig erlebten Lebensstufe betrachten. Er möchte Eltern vermitteln, wie sie auch in konfliktgeladenen Situationen den Familienalltag gelassen und souverän meistern können.

2024 bietet der Kinderschutzbund Karlsruhe wieder Pubertätskurse an.

### **Ab Montag, 15. April 2024 im Bürgertreff Neuwiesenreben, Berliner Platz 2, Ettlingen, 19.00 – 21.30 Uhr, 8 Abende**

Für Familien in besonderen Lebenslagen (Migrationshintergrund mit besonderen Lebenslagen, alleinerziehend, einkommensschwach, Trennung, Scheidung, Gewalterfahrung, Mehrlingsversorgung, u.ä.) sind die Kurse kostenfrei (Eigenanteil 10,-€)



Weitere Informationen zu den Inhalten des Elternkurses, zu Terminen oder zur Anmeldung erhalten sie beim **DKSB Ortsverband Karlsruhe e.V.** unter der Telefonnummer: **0721 / 842208**

**Anmeldung** über Ingrid Maierhofer-Edele: [ime@dksb-ka.de](mailto:ime@dksb-ka.de)