

„HILFE PUBERTÄT – wenn Erziehen nicht mehr geht“

- ELTERNCOACHING: 5 Abende in fester Gruppe -



Das Elterncoaching ist ein Angebot für alle Eltern, die Kinder zwischen **10-16 Jahren** haben und die sich intensiver mit den Grundwerten von **Jesper Juul** auseinandersetzen wollen. Denn wenn unser Nachwuchs größer, selbstbestimmter und (vor)pubertär wird, kann es uns manchmal bedeutend schwerer fallen, uns respektvoll und beziehungsorientiert zu verhalten. Manchmal möchte man dann einfach nur losbrüllen, meckern und Verbote aussprechen.

In einer festen Gruppe können **Fragen, Themen und Konflikte** aus eurem Familienalltag besprochen werden, um diesen stressfreier und harmonischer zu gestalten und die Beziehung zu euren Kindern zu stärken. Besprochen werden u.a. die Themen: **Gleichwürdigkeit** - wie gegenseitiger Respekt die Beziehung stärkt; **Regeln & Grenzen** - was nutzt, was schadet, Umgang mit Regelverstößen; **Vertrauen** und **Interesse** - ohne geht es nicht, die **Persönliche Sprache** als Alternative zu Belehrung, Kritik und Moral. Zudem werden auch die Themen **Schule** sowie **digitale Medien** und der Umgang damit Raum finden. Die Abende verlaufen dialogisch mit kurzem gebündeltem Input jeweils zu Beginn.

- Ablauf: 5 Abende alle 2-3 Wochen von 19:00 – 21:00 Uhr
feste Gruppe mit max. 12 Teilnehmern
- Wo: **praxis im holzhäuschen**, Luegstr. 10, 45138 Essen-Huttrop
- Kursleiterinnen: Nadine Kempkens, Katharina Manderla (Elternschule Essen)
- Anmeldung: info@nadinekempkens.de
- Kosten: 300 € pro Person, 450 € für Paare
- Termine: Do.17.09.26, Di.29.09.26, Do.15.10.26, Di.10.11.26, Do.26.11.26

