

## **Gute Beziehung in der Pubertät!?**

Pampige Antworten, Stress wegen Ausgehzeiten, Wechselbäder der Gefühle – für Eltern ist die Zeit der Pubertät eine Herausforderung. Viele Eltern fragen sich, ob sie jetzt strenger sein sollten – oder die Kinder einfach machen lassen? Fast alle Eltern wünschen sich ein achtungsvolleres und friedlicheres Zusammenleben mit ihren Heranwachsenden.

Entscheidend ist dabei, trotz aller Auseinandersetzungen die Beziehung zum eigenen Kind auch in der Pubertät nicht zu verlieren.

Wie Sie dies erreichen können, dafür erhalten Sie Anregungen und Impulse an diesen zwei Abenden.

Begleitet werden Sie dabei von Jugendberatern des Jugend- und Familien-beratungszentrums Tübingen.

Auch die Situation von alleinerziehenden Elternteilen mit ihren besonderen Herausforderungen findet Berücksichtigung.

Eingeladen sind Eltern von Heranwachsenden in der Pubertät aus dem Landkreis Tübingen.

## **Themen sind:**

- **Jugendalter und Pubertät – Baustelle im Gehirn?**
- **Positive Kommunikation mit Jugendlichen und Umgang in herausfordernden Situationen**

## **Gestaltung der Abende:**

- **Information**
- **Gruppengespräche**
- **Reflektion**
- **Übungen**

## **Leitung der Abende:**



**Romy Ziegler**  
M.Sc. Psychologin



**Michael Nehring**  
Dipl.- Sozialpädagoge (FH)

**Wer?** Eltern von Jugendlichen  
in der Pubertät  
aus dem Landkreis Tübingen

**Wann?** Dienstags, 01.10. und 08.10.24,  
jeweils 19.00 – 21.00 Uhr

Die Termine bauen  
aufeinander auf und  
können nur zusammen-  
hängend besucht werden.

**Wo?** Jugend- und  
Familienberatungszentrum  
des Landkreises Tübingen,  
Bismarckstr. 110,  
72072 Tübingen

**Kosten?** Die Kosten übernimmt  
der Landkreis Tübingen

Anmeldung bis 24. September 2024

Jugend- und Familienberatungszentrum  
Mail: [JFBZ-Tue@kreis-tuebingen.de](mailto:JFBZ-Tue@kreis-tuebingen.de)

Eine Kooperationsveranstaltung  
Mit der  
'Monat der seelischen Gesundheit'  
Der Stadt Tübingen

Jugend- und Familienberatungszentrum  
des Landkreises Tübingen,  
Bismarckstr. 110,  
72072 Tübingen  
Tel.: 07071/207-6303

## Gute Beziehung in der Pubertät



Katharina Rothe / pixelio.de

### Zwei Abende für Eltern von Heranwachsenden

Jugend- und Familien-  
beratungszentrum  
Tübingen

