

Hiermit melde ich mich / uns zum Kurs  
„**Kess-erziehen: Abenteuer Pubertät.**“  
verbindlich an.

Name, Vorname:

.....

Name, Vorname (Ehe-)Partner (nur bei Teilnahme angeben):

.....

Straße:

.....

PLZ, Ort:

.....

Telefon:

.....

E-Mail:

.....

Datum, Unterschrift:

.....

Anmeldeschluss: **Mo., 06.10.2025**

### Termine

1. Mo., 13.10.2025
2. Mo., 20.10.2025
3. Mo., 27.10.2025
4. Mo., 10.11.2025
5. Mo., 17.11.2025

jeweils von 20:00 Uhr bis 22:00 Uhr  
im Jugendhaus St. Kilian, Miltenberg

**Referentin:** Bärbel Hofherr  
(Religionspädagogin, Erzieherin, Kesskursleiterin)

### Kosten:

40,- € für Einzelpersonen  
50,- € für Paare  
incl. Elternhandbuch



Für dieses Kursangebot können Wertgutscheine des Landkreises  
Miltenberg für die Teilnahme an Elternkursen eingesetzt werden  
(Ein Gutschein pro Teilnehmer/in).

### Veranstalter:

Bildungsreferat

**st. kilian**  
Jugendhaus



**ehe- und familienseelsorge**  
Dekanat Miltenberg

**Verantwortlich für Kess erziehen im Bistum  
Würzburg:**

**Partnerschaft – Familie**  
Bistum Würzburg

in Kooperation mit

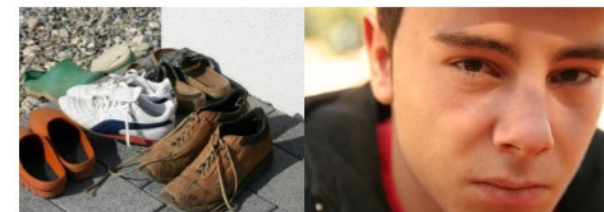


### Anmeldung:

Jugendhaus St. Kilian  
Bildungsreferat  
Bürgstädter Straße 8  
63897 Miltenberg  
Tel: 09371 9787-36  
bildungsreferat@jugendhaus-st-kilian.de

**Kess**  
kooperativ | ermutigend | sozial | situationsorientiert  
**erziehen**

## Kess-erziehen: Abenteuer Pubertät



**Elternkurs für Väter und Mütter  
von Jugendlichen  
im Alter von 11 bis 16 Jahren**

**13.10. - 17.11.2025**

Liebe Eltern!

„Geht das: Jugendliche erziehen mit weniger Schimpfen, Schreien und Ausrasten? Ohne sich in eine endlose Kette von Konflikten zu verhaseln? Gelassen und mit ruhigen Nerven?“ Suchen Sie eine Antwort auf diese Fragen?

Pubertät – das ist für Eltern wie für Jugendliche eine Phase des Aufbruchs. Das ist risikoreich und anstrengend – und zugleich gibt es viel Schönes neu zu entdecken. Beide Seiten werden ernst genommen – in einer Haltung, die darauf vertraut: Wir werden bereichert aus der Phase der Pubertät herausgehen.

Im Kurs werden Eltern sich eingefahrener Verhaltensmuster bewusst, lernen Grenzen zu setzen und die des anderen zu achten.

Anhand eigener Praxisbeispiele üben Väter und Mütter, wie sie respektvoll in der Familie miteinander umgehen können.

Der Elternkurs **„Kess-erziehen: Abenteuer Pubertät.“** beschäftigt sich mit folgenden Themen:

- das positive Selbstwert- und Lebensgefühl ihres heranwachsenden Jugendlichen zu fördern,
- (störende) Verhaltensweisen von Jugendlichen „anders“ zu verstehen und angemessen darauf zu reagieren,
- die Spannung zwischen Abgrenzung und gewünschter Gemeinschaft als Familie auszuhalten und kooperativ zu gestalten,
- Grenzen respektvoll zu setzen,
- die Entwicklung des Sohnes/der Tochter zu einem eigenständigen, verantwortungsvollen und lebensfrohen Menschen zu fördern.

An **fünf Kursabenden** können Sie mit Hilfe von Impulsen, Übungen und im Erfahrungsaustausch mit anderen Eltern Ihre Fertigkeiten und Kompetenzen in der Erziehung vertiefen und erweitern.



## Eltern stärken mit „Kess-erziehen: Abenteuer Pubertät.“

### - Starke Eltern

Jugendliche brauchen starke Eltern. *Kess-erziehen* stärkt Mütter und Väter in einem demokratisch-respektvollen Erziehungsstil. Sie erfahren, welche sozialen Grundbedürfnisse ihr heranwachsendes Kind hat und was es zur positiven Entwicklung seines Selbstwertgefühls braucht. Eltern lernen, weshalb Jugendliche bestimmte Verhaltensweisen zeigen, die sie irritieren oder stören, und wie sie darauf situationsorientiert reagieren können.

### - Ein respektvoller Umgang miteinander

„*Kess-erziehen: Abenteuer Pubertät.*“ hilft, dass Eltern dem Jugendlichen wertschätzend begegnen, Vertrauen in die Fähigkeiten des Jugendlichen setzen und so weit wie möglich auf die Eigenständigkeit und das Verantwortungsbewusstsein des Jugendlichen bauen. Die Eltern-Kind-Beziehung wird dadurch entscheidend gestärkt.

### - Eigenständige, verantwortungsvolle und lebensfrohe Menschen

„*Kess-erziehen: Abenteuer Pubertät.*“ zeigt auf, wie in der Zeit des Umbruchs und Aufbruchs Mütter und Väter sowohl auf das Bedürfnis des Jugendlichen nach Zugehörigkeit als auch nach Ablösung und Eigenständigkeit eingehen können. Mütter und Väter werden ermutigt, zu ihren Ansichten und Werten zu stehen, Grenzen zu setzen und dem Jugendlichen die logischen und fairen Folgen zuzumuten, die aus seinem Verhalten entstehen. So lernen Jugendliche, Vertrauen in ihre Fähigkeiten zu entwickeln und Verantwortung für ihr Handeln zu übernehmen.

### - Ein gekonntes Umgehen mit Konflikten

Konflikte zwischen Eltern und Kindern sind in der Pubertät unausweichlich – ja sogar sinnvoll. „*Kess-erziehen: Abenteuer Pubertät.*“ vermittelt Müttern und Vätern Wege, Konflikte mit dem Jugendlichen gemeinsam anzugehen und zu lösen.

### - Eine Phase, die alle bereichert

Pubertät – das ist für Eltern wie für Jugendliche eine Phase des Aufbruchs. *Kess-erziehen* lenkt den Blick auf die Stärken der Eltern und der Jugendlichen. Gegenseitiger Respekt, Momente echter Begegnung und Ermutigung vermindern Konfliktpotenziale und helfen, auch viel Positives neu zu entdecken – in einer Haltung, die darauf vertraut: Wir werden alle bereichert aus der Phase herausgehen.

Jugendhaus St. Kilian  
Bürgerstädter Str. 8  
63897 Miltenberg