

Aanmelden?

Voor aanmelding of informatie kun je van maandag t/m vrijdag tussen 9.00 en 17.00 uur bellen naar:

Sterker sociaal werk:

088-0011333

Je kunt ook mailen naar:

info@sterker.nl

of voor meer informatie op onze website kijken:

www.sterker.nl

sterker

sociaal werk

Sterker sociaal werk
juni 2019
www.sterker.nl
088-00 11 333
info@sterker.nl

Beter omgaan met pubers



sterker

sociaal werk



Waarom een cursus voor ouders van pubers?

Een kind tussen ongeveer 12 en 18 jaar wordt een puber genoemd. In deze periode verandert er veel, zowel voor pubers als voor ouders. Niet alleen groeien kinderen flink en krijgen hun lichamen mannelijk of vrouwelijke trekken, maar ze ontwikkelen ook een eigen mening en nemen niet meer alles van ouders aan. Ouders zitten vaak met vragen zoals: Mag mijn puber zich kleden zoals hij/zij wil? Wat doe ik als mijn puber al jong gaat roken of drinken? Kiest mijn puber wel de goede vrienden en vriendinnen? Hoe moet ik daar nu mee omgaan? Kan ik hem/haar eigenlijk nog wel iets verbieden? Hoe houd ik contact met mijn puber? Voor ouders kan het lastig zijn om met de verandering om te gaan en daarin hun eigen rol te bepalen. Deze cursus is bedoeld om ouders van pubers een steuntje in de rug te bieden.

Inhoud van de cursus

In de cursus wordt aandacht besteed aan verandering van kinderen in de puberteit. Daarbij komen de prettige maar ook de lastige kanten van het omgaan met pubers aan bod. Ouders krijgen informatie over manieren waarop zij goed contact met hun puber kunnen bevorderen en ruzie kunnen voorkomen. Ouders kunnen met elkaar praten en ervaring uitwisselen waarbij respect voor verschillende manieren van opvoeden het uitgangspunt is.

Programma

De volgende thema's komen aan bod:

- Verandering in de pubertijd.
- Positieve aandacht en manieren van opvoeden.
- Ruzie voorkomen; luisteren naar je puber.
- Ruzie voorkomen; praten met je puber.
- Ruzie oplossen: overleggen met je puber.
- Grenzen stellen en sancties.

Je kan ook zelf een thema aanbrengen, iets waar je als ouder tegen aan loopt en waarvan je niet zo goed weet hoe je daar mee om kunt gaan. Hierbij kun je denken aan bijvoorbeeld:

- alcohol en drugs
- seksuele opvoeding
- pubers en school

Voor wie is deze training?

De training is bedoeld voor ouders van kinderen van 12 tot en met 18 jaar.

Waar en wanneer?

De training vindt plaats in Nijmegen op een nader te bepalen tijdstip.