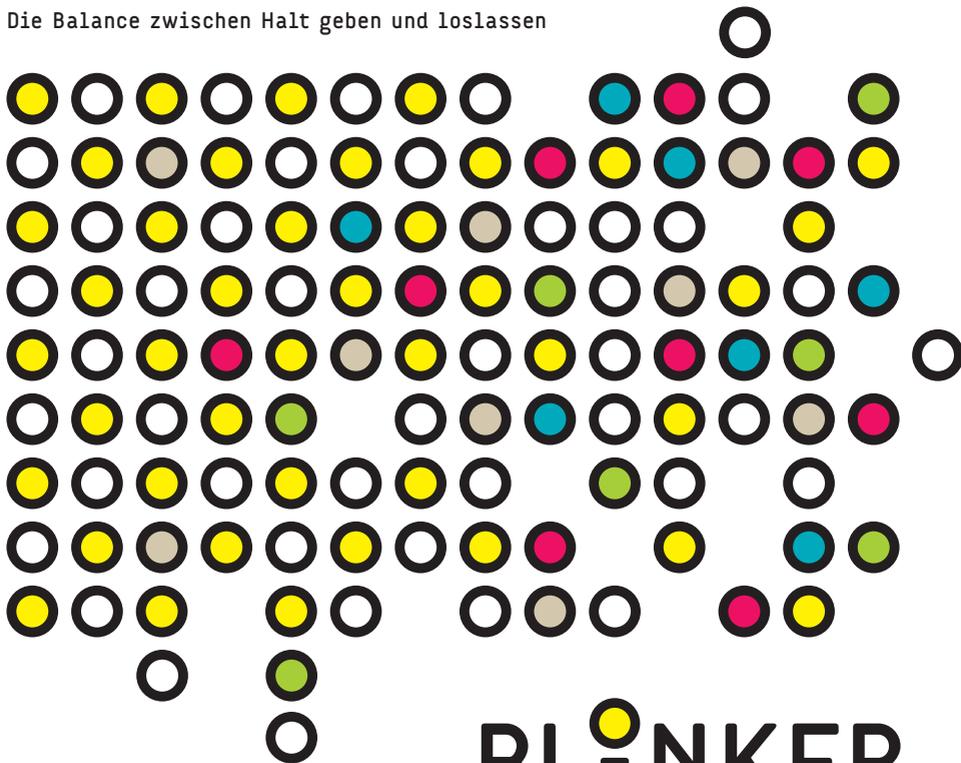


# Seiltanz Pubertät

Die Balance zwischen Halt geben und loslassen



**BLINKER**  
Jugendberatung

# Gesprächsgruppe für Eltern

Jugendliche in der Pubertät / Adoleszenz sind in einer Phase des Auf- und Umbruchs und stellen manchmal ihre eigene Welt und damit oft auch das Familienleben auf den Kopf. Konflikte entstehen dabei häufig um Themen wie Ausgang, Geld, Schule, Lehre, Beziehungen, Sexualität, Mediennutzung, Kommunikationsverhalten, Suchtmittel, Ausgrenzung, Essverhalten u.v.m.

Nicht selten entsteht in dieser Phase bei den Eltern ein Gefühl der Überforderung oder sogar Ohnmacht, da sie sich den Auseinandersetzungen mit Tochter oder Sohn nicht mehr gewachsen fühlen und sich in dieser Situation alleine vorkommen.

Sie sehen sich mit der schwierigen Aufgabe konfrontiert, eine Balance zwischen Halt geben, Grenzen setzen und loslassen zu finden und die Kinder in die Selbständigkeit zu begleiten. Dieser Ablösungsprozess wird oftmals als grosse Herausforderung wahrgenommen.

In der geleiteten Gesprächsgruppe wollen wir Eltern ermutigen, ihre Erfahrungen, Freuden, Schwierigkeiten und Unsicherheiten auszutauschen. In der Gruppe soll es möglich sein, nach Veränderungen zu suchen und vom Erfahrungsschatz anderer Eltern zu profitieren.

Unter der Leitung einer Fachperson der Jugendberatung Blinker wird zehnmal pro Jahr eine Gesprächsgruppe für Eltern angeboten. Ein Einstieg ist jederzeit möglich.

Auskünfte · Anmeldung:  
044 730 61 61 · blinker@sd-l.ch