

Kess

kooperativ | ermutigend | sozial | situationsorientiert

erziehen®

Kess Late Night

als Familie entspannt durch die

Pubertät?!

Online-Workshops* 2026

für Eltern von Kindern zwischen 11-18 Jahren.

Wenn unsere Kinder Teenager werden, stehen wir oft ratlos da:

Was kann ich erlauben? Bin ich als Vater/Mutter mit meiner Meinung überhaupt noch gefragt? Muss ich mir alles gefallen lassen? Wie kann ich respektvoll Grenzen setzen? Was ist nur mit meinem Kind los - Warum gibt es neuerdings so oft Wut, Tränen, Streit und wie können wir gut miteinander umgehen? Wie kann ich die Selbstständigkeit meines Teenagers unterstützen? ... **und wie umarme ich eigentlich einen Kaktus??!**



* Die Kurse werden von Fachreferentinnen durchgeführt, welche vom Kess-erziehen-Institut für Personale Pädagogik AKF e.V. zertifiziert wurden.

Online-Workshops 2026:

- 10.09.26 „Abgetaucht in minecraft und social media“
Eine Haltung zum **Medienkonsum** entwickeln.
- 24.09.26 „Wie umarme ich einen Kaktus?“
Mit Jugendlichen in **Beziehung** bleiben.
- 01.10.26 „Hormonchaos zwischen Chillen und Abfeiern“
Die **Veränderungen** in der Pubertät.
- 08.10.26 „Du hast mir gar nichts zu sagen!“
Respektvoll **Grenzen** setzen.
- 29.10.26 „Die anderen dürfen das auch!“
Konflikte gemeinsam lösen.
- 12.11.26 „Das macht mich fertig!“
Was unsere Jugendlichen **ermutigt** und **stärkt**.
- 26.11.26 „Das musst du selber wissen!“ *Wirklich?*
Die Balance zwischen **Halt geben** und **Loslassen**.



Die Online-Workshops finden jeweils **donnerstags 20.00 – 21.30 Uhr** statt. Die Abende sind **einzel buchbar**.

Die **Teilnahmegebühr** beträgt **pro Kursabend 12 €**.

Gespräche zu persönlichen Themen können vereinbart werden.

Anmeldung und weitere Infos:

kess-online@familienbund-sachsen.de



Diese Maßnahme wird mitfinanziert durch Steuermittel auf der Grundlage des von den Abgeordneten des Sächsischen Landtags beschlossenen Haushaltes

STAATSMINISTERIUM FÜR SOZIALES
UND GESELLSCHAFTLICHEN
ZUSAMMENHALT

