



OPVOEDEN & OPGROEIEN

“Onze hulp helpt!”

Een puber in huis

een cursus voor ouders met kinderen van 12-16 jaar

Een zoon en dochter in de puberteit valt niet altijd mee. Zij of hij verandert in deze periode snel. Vindt u het soms ook zo moeilijk om met haar of hem om te gaan?

U kunt met vragen zitten als:

- Mogen pubers zich kleden zoals ze willen?
- Wat doe je als je merkt dat je kind rookt of drinkt?
- Kiezen pubers wel de goede vrienden en vriendinnen?
- Kun je je kind eigenlijk nog wel iets verbieden?
- Hoe houd je contact met je puber?

Inhoud van de cursus

In de cursus krijgt u informatie over de veranderingen van kinderen in de puberteit. Daarbij komen de prettige maar ook de lastige kanten aan bod.

U leert een onderscheid te maken tussen problemen van het kind zelf en problemen tussen u en uw kind. U leert beter en open te communiceren en op een positieve manier met hem of haar om te gaan. Ouders kunnen met elkaar praten en ervaringen uitwisselen, waarbij respect voor verschillende manieren van opvoeden het uitgangspunt is.

Opzet van de cursus

De cursus bestaat uit zeven bijeenkomsten van 2 uur.

U krijgt soms opdrachten mee om thuis te oefenen.

Er zijn voor u geen kosten verbonden aan de cursus.

De volgende onderwerpen komen aan de orde

- Veranderingen in de puberteit
- Positieve aandacht en manieren van opvoeden
- Ruzie voorkomen: luisteren naar uw puber / praten met uw puber
- Ruzie oplossen: overleggen met uw puber
- Grenzen stellen en straffen

Meer informatie

Voor meer informatie kunt u contact opnemen met de groepsworkcoördinator van MDF Inge Rijpma, telefoonnummer 06 - 13966856 of via de mail i.rijpma@mdflevoland.nl

Aanmelden

Op de website van MDF kunt u zich aanmelden voor deze cursus:
www.mdflevoland.nl/een-puber-in-huis



Maatschappelijke Dienstverlening Flevoland
Meenthoek 10, 8224 BS Lelystad - Postbus 1034, 8200 BA Lelystad
(0320) 21 17 00 - mdf@mdflevoland.nl

WWW.MDFLEVOLAND.NL