



ElternAlltag

Webinar-Reihe für Eltern mit gamenden Jugendlichen im Alter von 12 – 18 Jahren

Jugendliche ins Erwachsenenleben zu begleiten, kann einen ganz schön fordern. Insbesondere in einer digitalisierten Welt, die die Eltern selbst als Jugendliche so nicht erlebt haben. Was tun, wenn die Jugendlichen übermässig gamen, YouTube konsumieren oder ständig soziale Netzwerke nutzen? Wie gelingt es, die Jugendlichen gut zu begleiten? Die Beziehung spielt dabei eine wesentliche Rolle für die Gesundheit und das Wohlbefinden der Jugendlichen und der Eltern.

ElternAlltag ist ein 3er Paket. Die Webinare bauen aufeinander auf. Sie werden auf zoom durchgeführt. Den Zugangscodes und weitere Unterlagen erhalten Sie nach der Anmeldung.

1. Workshop: Dienstag, 3. Mai 2022, 20:15 – 22:15 Uhr

Was ist los? – Herausforderung Pubertät

Irgendwann kommt die Zeit, wo Eltern schwierig werden - oder wie war das nochmal? Die Jugendlichen verändern sich, sie werden erwachsen. Sie entdecken und erforschen die Welt und möglicherweise überschreiten sie Grenzen. Wie können wir die Jugendlichen in die Selbstständigkeit begleiten und auch in herausfordernden Situationen mit ihnen im Gespräch bleiben?

2. Workshop: Dienstag, 10. Mai 2022, 20:15 – 22:15 Uhr

Wer bist du? – Jugendliche neu entdecken

Wenn Jugendliche aus Sicht der Eltern zu viel gamen oder zu viel Zeit in sozialen Medien verbringen, verlieren sie oft den Blick für die ganze Lebenswelt ihres Kindes. Das Zusammenleben und die Gespräche sind vom Problem stark geprägt und lassen kaum Raum für anderes. Wie gelingt es Eltern, sich vermehrt den Ressourcen ihres jugendlichen Kindes zuzuwenden und Raum für Dialog zu schaffen?

3. Workshop: Dienstag, 17. Mai 2022, 20:15 – 22:15 Uhr

Und ich? – Eltern tanken auf

Im Hamsterrad des Alltags tun Eltern oft alles dafür, dass der Karren läuft und vergessen dabei für sich zu sorgen. So kommt es, dass Eltern sich ausgelaugt und erschöpft fühlen, wodurch auch die Beziehung zu ihren Jugendlichen leidet. Wenn Eltern gut zu sich schauen, ihre eigenen Bedürfnisse ernst nehmen und sich um sie kümmern, legen sie einen wichtigen Grundstein für die Beziehung zu ihren Jugendlichen.

Anmeldetalon ElternAlltag, 3.5./10.5./17.5.2022, online

Ich/Wir nehmen teil

Anzahl Personen

Name, Vorname

Strasse

PLZ, Ort

Telefon

E-Mail

Anmeldung an: brugg@suchtberatung-ags.ch, bis am **8.April 2022**