

PUBERTÄT UND PIXEL

Medienstreit deeskalieren, Beziehung stärken

Ein Elterncoaching
besonders für
Pflege- und Adoptiveltern
mit Kindern/Jugendlichen
in der Pubertät



Wir führen unsere Seminarreihe zum Thema Pubertät fort, diesmal mit dem Schwerpunkt Medien.

Hierbei orientieren wir uns an der „Neuen Autorität“ nach Haim Omer.

Es gibt wertvolle neue Impulse, die Möglichkeit, Neues auszuprobieren und zu reflektieren und sich in der Gruppe auszutauschen.

Termine:

Einführungsvortrag in Kooperation mit dem Pflegekinderdienst der Stadt Freiburg

**„Pflege und Adoptivkinder in der Pubertät – Auswirkungen von Medien-
nutzung auf die Phase der Identitätssuche“**

**Montag, 09.02.26 19 Uhr,
Rathaus im Stühlinger im Raum „Schauinsland“**

Bitte beachten: das Rathaus ist zu der Zeit schon geschlossen, der Raum ist von außen zugänglich, bitte vom Haupteingang einmal um das halbe Gebäude herumlaufen.



FILL'E ANIMA
—
HERZENSKINDER E.V.

Wir danken:



für die Finanzierung des Angebots

Kooperationspartner beim Vortrag:

Pflegekinderdienst
der Stadt Freiburg



Seminarreihe

Vereinsraum Ludwigstr. 42, 79104 Freiburg, jeweils 18–21 Uhr:

- **Dienstag, 10.03.2026: Selbstberuhigung in Konflikten (stay cool)**
Wie es uns in herausfordernden Situationen mit unserem Kind gelingen kann gelassen und selbstwirksam zu bleiben.
- **Dienstag, 14.04.2026: In Beziehung bleiben (stay in contact)**
Häufig eskalierende Konflikte gefährden die Beziehung. Hier kann es hilfreich sein, stärkende Beziehungsgesten im Familienalltag zu verankern. Und wie umgehen mit der Mediennutzung meines Kindes, wenn diese immer wieder zu endlosen Diskussionen führt?
- **Dienstag, 12.05.2026: Handlungsfähig in Konflikten bleiben (stay strong) und Grenzen setzen (stay clear)**
«Ist mir doch egal!» Diesen oder ähnliche Sätze hören Eltern von Jugendlichen häufig. Wie können wir handlungsfähig bleiben, ohne auf Mittel der Macht und Kontrolle zurückzugreifen und den Handyentzug als Druckmittel einzusetzen?
Wie können wir bei Differenzen kommunizieren, damit wir zum einen unserem Standpunkt treu bleiben und zum anderen die Würde unseres Kindes wahren?
- **Dienstag, 16.06.2026: Unterstützungsnetzwerke (stay connected)**
Wie viel Weisheit steckt in dem bekannten afrikanischen Sprichwort: «Für die Erziehung eines Kindes braucht es ein ganzes Dorf». Gemeinsam ermitteln wir, welche Unterstützer uns in unserem Umfeld in herausfordernden Zeiten mit unserem Kind begleiten können. Dies kann auch in Form einer digitalen Begleitung sein.
- **Dienstag, 07.07.2026: Wie die Herkunft von Pflegekindern ihre Identität beeinflusst (stay in progress)**
Fast allen Pflege- und Adoptivkinder setzen sich früher oder später, bewusst oder unbewusst, mit ihrer eigenen biologischen Herkunft auseinander. Gemeinsam beschäftigen wir uns mit der Herkunft der Kinder und deren Einfluss auf ihre Identitätssuche.

Leitung:

Ellen Schnermann: Paar- und Familientherapeutin & systemischer Elterncoach

Jakob Fischer: systemischer Berater & Coach für Neue Autorität

Kosten:

Einführungsvortrag: kostenlos

Seminarreihe (5 Termine): insgesamt **50 Euro** pro Person

Teilnahme:

Anmeldung für den Einführungsvortrag bis **02.02.26** mit Name per Mail an anmeldung@herzenskinder.org

Gerne können Sie sich auch direkt für die **Seminarreihe** anmelden, die Plätze sind begrenzt. Sobald Sie den Teilnahmebeitrag gezahlt haben, haben Sie den Platz gesichert.



Fill'e anima – Herzenskinder e.V.
Ludwigstraße 42
79104 Freiburg
fill-e-anima@herzenskinder.org

