



**TIJD VOOR PUBERTEIT**

CURSUS VOOR OUDERS MET KINDEREN  
VAN 12 TOT EN MET 18 JAAR OUD

### Geef prioriteit aan de pubertijd!

De pubertijd is een geweldige periode. De laatste fase van de opvoeding. Nog even en uw kind is een volwassen persoon met eigen verantwoordelijkheden. De puberteit is ook een ingewikkelde periode. Jongeren willen meer en meer hun eigen keuzes maken en ouders moeten een nieuwe balans zien te vinden tussen het stellen van regels en het geven van ruimte. Het is een tijd vol uitdagingen voor zowel ouders als jongeren. 'Tijd voor puberteit' wil ouders en jongeren bij die uitdagingen helpen.

In vijf bijeenkomsten wordt kennis aangereikt, worden communicatievaardigheden geoefend en ervaringen met andere ouders uitgewisseld. Bij de laatste bijeenkomst worden ook de jongeren uitgenodigd. Met behulp van een speciaal ontwikkeld spel is er alle kans op een goede klik tussen ouders en jongeren.

De cursus is ontwikkeld vanuit Bijbels perspectief. Geloofsopvoeding in de puberteit krijgt in de cursus expliciet aandacht.

### Korte beschrijving van de cursus 'Tijd voor puberteit'

#### Bijeenkomst 1

*"Met weemoed denk ik terug aan een jaar geleden. Mijn zoon van dertien kroop op zondagmiddag nog ongemerkt tegen me aan als ik aan het voorlezen was voor de 'kleintjes'. Ik gaf hem zelfs nog elke avond een nachtzoen. Nu, een jaar later, is dat ondenkbaar geworden. Er is niets meer over van die 'grote kleine jongen' van me. Letterlijk en figuurlijk mag ik op geen enkele manier meer dichtbij komen. Ik vraag me af of dit wel weer goed komt."*



Tijdens de eerste bijeenkomst staan we stil bij de belangrijkste ontwikkelingen die jongeren doormaken, zowel fysiek en emotioneel als op het gebied van hun geloofsleven. Daarbij denken we na over de effecten die deze veranderingen hebben op de relatie met de ouders. Het thema van de eerste bijeenkomst is 'Werk in uitvoering'.

#### Bijeenkomst 2

Het thema van de tweede bijeenkomst is: *'Van kapitein naar coach'*. Als kapitein kies je voor je kind, als coach begeleid je je kind bij het maken van keuzes. De inbreng van jongeren wordt groter naarmate zij ouder worden. Dat vraagt van ouders andere (communicatieve) vaardigheden. Niet de regel maar de relatie komt in de puberteit meer en meer centraal te staan.

Tijdens deze bijeenkomst leren ouders om het gesprek aan te gaan over waarden en normen, gewenst en ongewenst gedrag, zonder in een strijd terecht te komen. Ook het belang van het 'contact om het contact' tussen ouders en jongeren komt aan bod.

#### Bijeenkomst 3

Ouders hebben met een snel veranderende samenleving te maken. Denk bijvoorbeeld aan de invloed van de media en de opvattingen over seksualiteit. Ouders hebben hier, of ze nu willen of niet, mee te maken. De derde bijeenkomst, met als thema *'Veranderende tijden'* heeft vooral een bezinnend karakter, waarbij geloofsopvoeding een belangrijke plaats krijgt.

#### Bijeenkomst 4

Ouderschap vraagt veel aan wijsheid, tact, liefde en zelfverloochening. Daar heb je elkaars steun hard voor nodig! Om die reden staan we in de vierde bijeenkomst stil bij het teamwork tussen ouders. Het thema van deze bijeenkomst is dan ook *'Ouderschap is teamwork: samenwerken of tegenwerken?'*. Hoewel het accent bij deze bijeenkomst ligt op het teamwork tussen ouders, is er ook ruim aandacht voor alleenstaande ouders.

#### Bijeenkomst 5

De jongeren krijgen voor de vijfde bijeenkomst een map met informatie over allerlei onderwerpen, waaronder een aantal do's en don'ts die hen kunnen helpen in de communicatie met volwassenen. De slogan is: *'Met ouders kun je praten'*.



### Informatie over de cursus

Doelgroep	De cursus 'Tijd voor puberteit' is bedoeld voor echtparen en alleenstaande ouders met kinderen in de leeftijd van 12 tot en met 18 jaar.
Aantal bijeenkomsten	Vijf bijeenkomsten van ongeveer twee uur. Bij de vijfde bijeenkomst zijn ook de jongeren van de deelnemende ouders welkom. Ter voorbereiding op elke bijeenkomst lezen de deelnemers een hoofdstuk uit het werkboek. Na elke bijeenkomst krijgen de deelnemers een of meerdere thuisopdrachten mee.
Aantal deelnemers	De groepsgrootte is maximaal 12 echtparen of 24 deelnemers.
Kosten	De cursus wordt incompany gegeven. De kosten van de cursus bedragen € 1750,- (inclusief reiskosten van de cursusleider en werkboeken). Kosten van zaalhuur en koffie/thee zijn voor rekening van de opdrachtgever, zoals een (basis)school, een kerkelijke gemeente of een andere organiserende groep mensen. In onderling overleg worden de cursusdata vastgesteld.
Informatie/aanvraag	Wilt u meer informatie of wilt u ons contracteren voor de cursus 'Tijd voor puberteit', neem dan contact op met een van de onderstaande organisaties:



Postbus 1564  
3800 BN Amersfoort  
T 033 422 69 00  
E [pend@sgj.nl](mailto:pend@sgj.nl)  
I [www.sgj.nl](http://www.sgj.nl)



Beatrixlaan 15  
4461 PM Goes  
T 0113 213 098  
E [info@vhgoes.nl](mailto:info@vhgoes.nl)  
I [www.stichtingdevluchtheuvel.nl](http://www.stichtingdevluchtheuvel.nl)