



in  
Zet

J9Z  
Zuid-Holland West  
Consultatiebureau voor kind en jeugd

# Omgaan met Pubers

## CURSUS

Start 3 februari 2025

Veel ouders ervaren de puberteit als een lastige maar vooral ook risicovolle periode, waarin het opvoedspoor soms tijdelijk zoek is. Als ouder pendel je vaak heen en weer tussen begeleiden en loslaten, met vallen en opstaan. Waar doe je goed aan? Bij de cursus Omgaan met Pubers kun je terecht met al je vragen.

meedoen en ondersteunen in het hart van de wijk

De puberteit is een periode van grote veranderingen, voor pubers en hun ouders. Het lichaam van de puber verandert en ook het brein en gevoelsleven maken grote sprongen. Pubers ontwikkelen zich naar zelfstandigheid, krijgen een eigen mening en nemen niet meer alles van hun ouders aan.

### Voor wie?

Voor ouders van kinderen van 11 tot en met 16 jaar.

### Wat leer je in de cursus?

Tijdens de cursus komen onderwerpen naar voren als:

- De ontwikkeling van de puber. Wat verandert er allemaal en wat is typisch pubergedrag?
- Hoe overleg je met een puber? En hoe kun je luisteren naar je puber?
- Hoe ga je om met je puber bij dagelijkse (lastige) opvoedingssituaties?

Naast het geven van achtergrondinformatie en zelf aan de slag gaan met opdrachten, is er ruimte voor het stellen van vragen en het uitwisselen van ervaringen tussen ouders.

### Data, tijd en locatie

De cursus Omgaan met Pubers bestaat uit 4 avonden.

Start: 3 februari 2025. Vervolgdata: 10 en 17 februari en 3 maart.

Tijd: 19.30 tot 21.30 uur (welkom vanaf 19.15).

Locatie: inZet inlooplocatie Buytenwegh & De Leyens, Teldersrode 25 (winkelcentrum Buytenwegh).

### Informatie & aanmelden

Heb je vragen of wil je je aanmelden, stuur dan een email naar het

Opvoedadviespunt: [opvoedadviespunt@inzet-indewijk.nl](mailto:opvoedadviespunt@inzet-indewijk.nl)

*Graag bij het aanmelden je telefoonnummer en de leeftijd van je kind opgeven.*