



Datum: 7. September 2026
Ort: Hamburg
Titel: **Pubertät – Gelassen durch stürmische Zeiten**

Pubertät ist eine Tatsache, keine Krankheit.

Jugendliche sind keine Kinder mehr und noch keine Erwachsenen. Sie befinden sich im Sturm des Umbruchs, der sie durcheinanderwirbelt, aber ihnen auch immer wieder Rückenwind gibt. Es ist ein notwendiger, klärender und reifender Sturm, der Individualisierung und Neuausrichtung – auch in der Familie – mit sich bringt. Es geht um die Themen Autonomie und Selbstverantwortung.

In der Pubertät haben Eltern und Jugendliche die wunderbare Möglichkeit, ihre Beziehung so zu verändern, dass das, was bisher nicht möglich war, möglich wird. Dabei liegt die Führung bei den Eltern. Nicht erziehen oder manipulieren ist gefragt, sondern begleiten und zur Verfügung stehen - mit den eigenen Werten, Gefühlen und Grenzen.

So können Eltern zu „Leuchttürmen“ werden, die Orientierung und Sicherheit geben.

Zeit: 19.30 – 21.30 Uhr
Veranstaltungsort: Elternschule Altona
Adresse: Max-Brauer-Allee 134, Eingang auf der Rückseite des Gebäudes / Hospitalstraße
PLZ Ort: 22765 Hamburg
Anmeldung und nähere Informationen bei:
eMail: peter.holona@hamburg.de
Homepage: www.Sich-Zeit-nehmen-für-Entwicklung.de
Tel: 0163 – 9109169
Kosten: Der Teilnahmebeitrag beträgt 30 € pro Person.

Peter Holona

Beratung · Begleitung · Stärkung
Telefon: 0163 – 910 91 69
E-Mail: peter.holona@hamburg.de

familylab.de
Seminarleiter und Berater
ausgebildet durch Jesper Juul

Weitere Informationen und Angebote
finden Sie auf meiner Webseite: www.sich-zeit-nehmen-für-Entwicklung.de