

## PEP4Teens® - Ziele und Inhalt

Ein positives Erziehungsprogramm für Jugendliche von 12 bis 17 Jahren

### Wozu PEP4 Teens?

Immer mehr Eltern geraten im Umgang mit ihrem pubertierenden Nachwuchs in eine Krise. Dies spüren auch all jene, die mit Jugendlichen zu tun haben. Sie sehen sich mit enormen Verhaltensproblemen der Teenager und einer großen Unsicherheit seitens der Erziehenden zunehmend vor die Aufgabe gestellt, Eltern, aber auch Lehrer und Erzieher in ihrer Arbeit zu unterstützen.

Hier setzt das PEP4Teens-Programm an. Es zeichnet sich dadurch aus, dass es aus Gründen der Ganzheitlichkeit neben bewährten Erziehungsstandards auch.

- o die Selbstverpflichtung seitens der Eltern gegenüber ihren Teenagern
- o Fragen der Wertvorstellungen und des Glaubens
- o das Vergeben und Verzeihen in der Familie aufnimmt.

### PEP4Teens ist ein Trainingsprogramm für

- Eltern
- Alleinerziehende
- Hauptberuflich oder ehrenamtlich Erziehende, die mit Teenagern zu tun haben

### Was ist PEP4Teens?

Sie haben Zoff mit Ihrem Sohn, Krach mit Ihrer Tochter und Streit mit Ihrem Partner über die richtige Methode der Erziehung Ihrer Kinder? Sie sind Alleinerziehend und fühlen sich oft überfordert im Umgang mit ihrem pubertierenden Nachwuchs? Dann haben wir eine gute Nachricht für Sie: Es gibt Hoffnung. Wissenschaftler bestätigen, was wir in unseren Kursen gerne und mit großer Überzeugung weitergeben: Teenager lassen sich erziehen.

Lernbereite Eltern können gelingende Beziehungen zu ihrem Teenagern aufbauen und diese auch in der schweren Zeit des Umbruchs und Aufbruchs erhalten. Selbst wenn sie das in den ersten Jahren nach der Geburt ihrer Kinder versäumt haben. Wie das möglich ist, zeigen wir Ihnen an vier Abenden. Danach begleiten wir Sie vier Wochen lang telefonisch bei den nächsten Schritten auf dem Weg zu den von Ihnen erarbeiteten und gewählten gemeinsamen Zielen.

Auch wenn Sie hauptberuflich oder ehrenamtlich mit der Erziehung von Jugendlichen beauftragt sind, können wir Ihnen sofort anwendbare und in der alltäglichen Praxis erprobte Tipps für Ihre Arbeit geben. Wir sind sicher: Für die Lust aufs Leben sind Kiffen und Saufen keine Konkurrenz.

### Was PEP4Teens auszeichnet

- Zum besonderen Profil von PEP4Teens gehört, dass es anerkannte pädagogische und psychologische Einsichten zusammenfasst und für einen praktikablen Erziehungsalltag auf den Punkt bringt
- der gelingenden Beziehung Vorrang gibt vor Erziehungsmethoden, -tricks und -tipsps Mut macht, sich den Herausforderungen im Umgang mit Teenagern zu stellen
- realistische Wege aus der oftmals empfundenen Hilflosigkeit im Umgang mit Teenagern ermöglicht
- durch Übungen dazu anleitet, die Initiative im Familienalltag zurück zu gewinnen



- auch Fragen nach Sinn, Werten und Glaubensorientierung anspricht
- zum Vergeben und Verzeihen als wichtigem Beziehungsfaktor anleitet (denn bei den rasanten Entwicklungen in der Teenagerzeit bleiben Verletzungen auf beiden Seiten nicht aus)
- Erziehende und Teenager zu Partnern macht, die gemeinsam die vorgeschlagenen Prinzipien umsetzen
- die Fähigkeiten der Teenager fördert und die Kreativität der Erziehenden anregt
- den Erziehenden Hoffnung gibt, eines Tages mit Stolz darauf zurückblicken zu können, wie sie miteinander die sensible und aufregende Teenagerzeit der Kinder gemeistert haben.

### Was PEP4Teens nicht leistet

- Auf spezifische körperliche Entwicklungsschritte, die unsere Teenager durchleben, geht das PEP nicht ein. Zu diesem Thema gibt es ausreichend leicht zugängliche Literatur.
- Das PEP4Teens-Programm ist auch kein Fachbuch für den Umgang mit psychopathologisch auffälligen oder gestörten Kindern. Diese benötigen neben den sieben Basics aus dem PEP4Teens und den vorgeschlagenen methodischen Wegen zusätzliche Hilfe durch Kinder- und Jugend Psychotherapeuten und/oder Ärzte für Kinder- und Jugendpsychiatrie. In solchen Fällen kann ein Kinder- oder Hausarzt entsprechende Kontakte und Fachleute nennen.

### Sieben Basics

Das Positive Erziehungsprogramm für Eltern mit Kindern von 12 bis 17 Jahren (PEP4Teens-Elterstraining) fußt auf 7 Basics:

1. Bejahe deine Zuständigkeit und sei deinem Teenager ein verlässlicher Partner
2. Fördere positive Beziehungen in der Familie
3. Fördere verbindliche Vereinbarungen und sei konsequent
4. Lebe deine Wertvorstellungen und deinen Glauben
5. Achte auf dich selbst
6. Hilf deinem Kind/Teenager bei der sicheren und vorausschauenden Bewältigung des Alltags
7. Bleibe in deinen Erwartungen realistisch

**Das PEP4Teens -Team gehört zur Bildungs-Initiative und steht seit vielen Jahren für kompetente, professionelle Elterstrainings.**

**Termine für den Workshop PEP4 Teens können bei der EFA-Stiftung via [Info@efa-Stiftung.de](mailto:Info@efa-Stiftung.de) angefragt werden.**