

HEART  
BASED  
CENTER

# Wirksame Grenzen, liebende Klarheit

## Kurs für Väter von Jugendlichen im Alter zwischen 9 und 14 Jahren



Andrea Mills

Kursdauer: 4 Samstage von 09.00 bis 13.00 Uhr  
Daten: 22. November 2025, 10. Januar, 14. März, 25. April 2026  
Ort: Heart-Based Center, Güterstrasse 86, 4053 Basel  
Kursleiterin: Diplompsychologin Andrea Mills  
Kurskosten: 360 CHF  
Anmeldung: über QR-Code  
Fragen an: [hello@heartbased.center](mailto:hello@heartbased.center)

Wenn es zu Hause zu oft kracht. Und Du als Vater Dich häufig als nicht mehr wirksam erlebst.  
Dann ist es spannend zu erfahren,

- wie Du es schaffen kannst, Alternativen zu Endlosdiskussionen, Eskalationen oder Kontaktabbrüchen zu finden
- wie Du wieder mehr positiven Einfluss auf das Verhalten Deines Kindes gewinnen kannst
- wie Du wieder wirksam Grenzen setzt
- und wie Du gute Momente schaffen kannst, in denen Dein Kind die Chance erhält, Dich als positives Gegenüber zu erleben
- und wie Du Deine sich verändernde Rolle – je nachdem, ob Du eine Tochter oder einen Sohn begleitest – gut gestalten kannst

Die Pubertät wird mit diesem Kurs nicht enden. Aber Dein Umgang damit kann sich verändern.  
Du kannst wieder wirksam werden. So, dass Humor, Liebe und konstruktive Auseinandersetzung wieder mehr Raum in Eurem Zusammenleben haben und Du Dein Kind in eine gute Entwicklung begleiten kannst.

Für weitere Informationen scanne den QR-Code.  
Wir freuen uns auf Deine Anmeldung!

[www.heartbased.center](http://www.heartbased.center)

[hello@heartbased.center](mailto:hello@heartbased.center)

+41 61 555 11 11

Heart-Based Center Basel  
Güterstrasse 86  
4053 Basel  
Schweiz

