



Onlinekurs
für Eltern

Besorgte Eltern aufgepasst.



Der Onlinekurs „Überlebenspaket für Eltern mit Teenagern“ wappnet für pubertäre Herausforderungen.

Erleben Sie die Pubertät Ihres Kindes als herausfordernde Phase? Fragen Sie sich oft, wie Sie Konflikte vermeiden und Unsicherheiten vorbeugen können?

Die Pubertät bringt nicht nur für Teenager, sondern auch für Eltern viele Veränderungen mit sich. Um Ihnen in dieser turbulenten Zeit beizustehen, bietet unser Onlinekurs unter der Leitung von Susanne Hübschle, erfahrene Familiencoachin, zahlreiche wertvolle Tipps und Methoden.

Dank der Kooperation mit der Mentor Stiftung erhalten 20 Elternteile die Möglichkeit, kostenfrei am Kurs teilzunehmen.

Das klare Ziel: Familienfrieden, Selbstsicherheit und Souveränität im Alltag.

Der Kurs beinhaltet:

- **Kick-off-Gespräch:** Lernen Sie Susanne Hübschle und die anderen Teilnehmenden kennen, am **11.01.2026** von 19:00 bis 20:00 Uhr
- **Drei Live-Calls** zu folgenden Themen:
12.01.2026: Die Kraft des Zuhörens
09.02.2026: Wie geht entspannt „blöd“ sein?
09.03.2026: Schatzkammer für gute Argumente – jeweils von 18:00 bis 19:00 Uhr

Direkt nach der Anmeldebestätigung erhalten Sie für ein Jahr Zugang zum geschlossenen Mitgliederbereich. Dort steht Ihnen das Überlebenspaket zur Verfügung: vier Module mit Videomaterial – so können Sie sich das Basiswissen in Ihrem Tempo aneignen:

MODUL 1

Hilfe! Pubertät!

Sie erhalten wichtige Hintergrundinformationen zum Thema Pubertät, die Ihnen helfen, im Alltag verständnisvoller zu sein und souveräner aufzutreten.

MODUL 2

Kommunikationstools

Sie lernen Wege und Methoden, wie Sie in einen guten Zugang zu Ihrem Kind finden – gesammelte Tipps aus über 30 Jahren Erfahrung.

MODUL 3

Umgang mit Gefühlen

In diesem Modul erfahren Sie, wie Sie mit Ihrer und der Gefühlsachterbahn Ihres Teenies gut umgehen können.

MODUL 4

Probleme lösen

Sie besprechen typische Pubertätsprobleme und lernen mögliche Handlungsoptionen kennen – für einen konfliktfreieren Alltag und eine Beziehung auf Augenhöhe.

Sie möchten am Onlinekurs teilnehmen?

Anmeldung per Email an s.huebschle@mentorstiftung.de

Betreff: Kostenfreier Onlinekurs Mentor

Viele Aha-Momente wünscht
Ihr Team der Mentor Stiftung Deutschland