



Online-Elternvorträge
60 Minuten + anschließende Fragerunde



Zwischen Smartphone, Zukunftsfragen & sensiblen Gesprächen

// Mittwoch, 15.04.2026 · 19:30 Uhr · Felix Behm

Wenn das Smartphone die Kontrolle übernimmt: TikTok, Instagram & YouTube verstehen – und Kinder wirksam schützen

Viele Eltern spüren: Es geht längst nicht nur um „zu viel Bildschirmzeit“, sondern um Algorithmen und Belohnungssysteme, die Kinder festhalten. Im Elternvortrag klären wir Warnsignale (Schlaf, Stimmung, Rückzug), unterschätzte Risiken (Social Media, Gaming, Glücksspiel-Elemente) und zeigen Schutzstrategien, die wirken: klare Leitplanken statt Dauerstreit, bessere Gespräche, einfache Reset-Ideen und alltagstaugliche Offline-Routinen – besonders, wenn Nutzung zur Stress-Flucht wird. Außerdem: Erkenntnisse aus einem 21-Tage-Handyverzicht.

// Mittwoch, 06.05.2026 · 19:30 Uhr · Felix Behm

Wenn der Plan fehlt: Berufsorientierung ohne Stress – Studium, Bewerbung und Zukunftskompetenzen

Lohnt sich ein Studium wirklich noch – oder startet man trotz Abschluss chancenlos? Im Webinar ordnen wir ein, warum Studieren keine automatische Jobgarantie ist, welche Rolle Praxiserfahrung spielt und was bei Bewerbungen heute wirklich entscheidet (Praktika, Projekte, Auftreten, digitale Profile). Plus: welche Kompetenzen künftig zählen – von Selbstorganisation und Kommunikation bis Problemlösen und digitaler Kompetenz. Nicht zuletzt geht's auch um Überforderung: wie Sie Ihr Kind unterstützen, ohne Druck zu machen, und Gespräche führen, die Orientierung geben, statt Streit auszulösen.

// Mittwoch, 10.06.2026 · 19:30 Uhr · Lucie Muller

Pubertät und Sexualität – zwischen Scham und Selbstvertrauen

Mit der Pubertät verändern sich nicht nur Körper und Stimmung, sondern auch Nähe, Gespräche und Grenzen. Zwischen Neugier, Rückzug und Selbstinszenierung tauchen Fragen auf, die oft mit Unsicherheit oder Scham verbunden sind – bei Jugendlichen wie bei Erwachsenen. Im Vortrag schauen wir auf die Veränderungen in Kopf und Körper, ordnen Gefühle ein und beleuchten die Rolle von Sprache: Warum klare Worte wie „Ja“ und „Nein“ das Selbstvertrauen stärken. Außerdem geht es um Mut im Dialog: wie Eltern präsent bleiben, ohne zu überfordern, und wie Sexualität altersangemessen begleitet werden kann. Ziel ist es, eigene Unsicherheiten ernst zu nehmen, Druck herauszunehmen und Gespräche zu ermöglichen, in denen Jugendliche sich sicher entwickeln können.

Referent: Felix Behm

Felix Behm ist Gen-Z/Gen-Alpha-Experte und langjähriger Ausbildungsleiter. Als ehemaliger Berufsorientierungstrainer zeigt er praxisnah, wie sich Berufswege und digitale Lebenswelten gerade wirklich verändern. Zudem bringt er als Vater einer 18-jährigen Tochter Einblicke aus dem Familienalltag mit Projekterfahrung aus Schule, Ausbildung und Arbeitswelt zusammen – ohne Belehrung, dafür mit konkreten, umsetzbaren Tipps.



Referentin: Lucie Muller

Lucie Muller ist Lehrerin und systemische Beraterin und arbeitet seit 15 Jahren mit Jugendlichen und jungen Erwachsenen zu Themen wie Sexualität, Identität und Partnerschaft. Sie begleitet Menschen in Krisen, Konflikten und Entscheidungsphasen – mit einem besonderen Fokus auf Werte- und Orientierungsfragen. Dabei hilft sie, Überzeugungen zu reflektieren und innere Klarheit zu gewinnen.



Anmeldeschluss **bis spätestens 18 Uhr am Tag der Veranstaltung**. Anmeldung bitte direkt an vortrag@mentorstiftung.de mit dem Betreff: „Anmeldung Online-Elternvortrag“.

Dank der Unterstützung durch die Mentor Stiftung Deutschland und ihren Förderern ist die **Teilnahme** für Sie **kostenfrei**.



Über die Mentor Stiftung Deutschland


Die Mentor Stiftung Deutschland ist eine gemeinnützige Organisation, die 2016 gegründet wurde und ihren Sitz auf der Insel Mainau hat. Ihr Ziel ist es, junge Menschen zu inspirieren, zu stärken und auf ihrem persönlichen Lebensweg zu begleiten. Neben Programmen für Jugendliche bietet die Stiftung auch Elterncoachings an, um die Kommunikation innerhalb der Familie zu verbessern. Sie ist Teil von Mentor International, einer weltweit agierenden NGO, die 1994 durch Ihre Majestät Königin Silvia von Schweden in Stockholm gegründet wurde. Mehr Informationen zu aktuellen Projekten gibt es auf mentorstiftung.de

Mentor Stiftung Deutschland
www.mentorstiftung.de

IBAN DE 38 6519 1500 0521 2940 02
BIC: GENODE31TET
Volksbank Bodensee-Oberschwaben

Stiftungsvorstand:

Bettina Gräfin Bernadotte · Moritz Ritter
Matthias Ehret · Michael Meier · Jan Koch

 **Jetzt auch per Paypal**
Mentor Stiftung Deutschland

D-78465 Insel Mainau
Tel. +49 7531 303-357
info@mentorstiftung.de

