



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 Eltern-teile 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 **Mittwoch, 24.02.2027** von 17:00 bis 18:00 Uhr

Drei Live-Calls, jeweils **mittwochs** von 17:00 bis 18:00 Uhr zu folgenden Themen:

03.03.2027: Die Kraft des Zuhörens

07.04.2027: Wie geht entspannt „blöd“ sein?

05.05.2027: Schatzkammer für gute Argumente

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 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 behandeln 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



Über die Mentor Stiftung Deutschland

Die Mentor Stiftung Deutschland begleitet junge Menschen auf ihrem Weg ins Erwachsenwerden und stärkt sie in ihrer persönlichen Entwicklung. Sie ist Teil der internationalen Mentor-Föderation, die 1994 von Königin Silvia von Schweden gemeinsam mit der Weltgesundheitsorganisation (WHO) gegründet wurde. Die deutsche Stiftung entstand 2016 auf Initiative von Bettina Gräfin Bernadotte und hat ihren Sitz auf der Insel Mainau. Von dort aus engagiert sie sich weit über die Region hinaus.

Mentor Stiftung Deutschland
www.mentorstiftung.de

Stiftungsvorstand:
Bettina Gräfin Bernadotte • Moritz Ritter
Matthias Ehret • Michael Meier • Jan Koch

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

