



ERZIEHEN SIE NOCH ODER VERTRAUEN SIE SCHON?

—
Pubertät – für viele Eltern eine große Herausforderung! Wie man von Erziehung zu Beziehung kommt.

ERZIEHUNG IST EIN PROZESS VON DER ERZIEHUNG ZUR BEZIEHUNG

Jesper Juul, dänischer Erziehungsexperte

Was unsere Vorträge vermitteln:

- ⊕ Worauf Sie im Umgang mit Jugendlichen in dieser Altersphase besonders achten müssen
- ⊕ Wie Sie innerhalb der Familie in den Dialog kommen und bleiben
- ⊕ Warum Sie Ihr jugendliches Kind schon jetzt wie einen Erwachsenen behandeln sollten
- ⊕ Wichtiges Basiswissen zum Thema Pubertät

„Jugendliche brauchen Übung im Umgang mit Erwachsenen, um selbst erwachsen zu werden – und erste Übungspartner hierfür sind Mutter und Vater!“

An unseren Kindern können wir am besten erkennen, dass das **Leben** ein **ständiger Veränderungsprozess** ist. Mit jedem Entwicklungsschritt unseres Kindes müssen wir uns als Mutter und Vater **neu positionieren**. Wir müssen regelmäßig neue Grenzen setzen, Regeln anpassen, mehr Freiheiten geben ...

Dies in unserem Alltag umzusetzen, ist schon für sich eine große Herausforderung. Doch die Natur hat für uns noch eine **besondere Phase** im Leben unserer Kinder vorgesehen: **die Pubertät**. Auf einmal sind unsere Kinder keine Kinder mehr, das Verhalten ändert sich schlagartig. Oft geht nichts mehr von dem, was vorher funktionierte.

Zu Ihrer Erleichterung: Sie befinden sich in guter Gesellschaft! Allen Eltern geht es damit sehr ähnlich.

Profitieren Sie von den **Erfahrungen anderer**, die wir Ihnen zusammenstellen und aufbereiten, so dass jeder für sich in den Alltag mitnimmt, was hilfreich erscheint. **Lernen Sie, zu vertrauen.**

Aktuelle Themen:

„Turbulente Zeiten Pubertät“

 Vortrag | Referentin: Susanne Hübschle

- + Informiert über körperliche und geistige Veränderungen in der Pubertät
- + Hilft dabei, das veränderte Verhalten richtig einzuordnen (nicht persönlich nehmen!)
- + Sensibilisiert für echte Gefahren (wann sollten Sie sich Hilfe holen)
- + Gibt wichtige Hinweise und praktische Alltagstipps

„Digitale Pubertät – ein neues Zeitalter“

 Vortrag | Referentin: Susanne Hübschle

- + Was ist gesunder Umgang mit digitalen Medien
- + Auswirkungen der digitalen Medien auf das Familienleben
- + Gefahren & Chancen der Digitalisierung
- + Tipps, wie Sie ihr Kind sinnvoll begleiten können

„Reden Sie richtig mit Ihrem Kind – Sprache in der Pubertät“

 Vortrag/Workshop | Referentin: Susanne Hübschle

Ein grundlegendes Wissen über Kommunikationsgesetze bringt Ihnen viel Spaß und Entspannung in Ihrem Alltag.

- + Streit & Missverständnisse vermeiden
- + Kommunikationsregeln kennenlernen
- + Sprache wirkungsvoll einsetzen
- + Entspannter durch die Pubertät kommen

„Grenzerfahrung Pubertät“

 Tages-Workshop | Referentin: Susanne Hübschle

Warum die Pubertät unserer Kinder uns an unsere Grenzen bringt und wie wir diese Grenzerfahrung gut bewältigen.

- + Wie erlebe ich mich in der Pubertät meines Kindes?
- + Wie gehe ich mit dem Verhalten richtig um?
- + Entspannen, Vertrauen & Loslassen

„Let's talk about Sex – Aufklärung in der Pubertät“

 Vortrag | Referentin: Karen Wolff

- + Warum es gerade heute so wichtig ist, heranwachsende Kinder aktiv aufzuklären (überlassen Sie dieses Feld nicht widerstandslos der Pornoindustrie)
- + Tabuthemen wie „das erste Mal“ ohne Angst ansprechen
- + Wo steht mein Kind aktuell in seiner körperlichen Entwicklung?
- + Rechtliche Rahmenbedingungen – wann machen Sie sich strafbar?
- + Wichtige Ansprechpartner in der Pubertät: Kinderarzt, Schule, Freunde, Umfeld

Weitere Themen in Planung

„Ich wünsche allen Eltern eine gute Beziehung zu ihren Kindern und allen Jugendlichen, dass ihre Eltern ihnen bei ihren Problemen und Sorgen zur Seite stehen. Denn das ist die Basis für ein zufriedenes und ausgeglichenes späteres Leben. Deshalb unterstütze ich gerne alle Eltern dabei, Antworten auf ihre Erziehungsfragen zu bekommen.“

Susanne Hübschle



Susanne Hübschle ist bei Mentor für den Bereich Eltern-Coaching zuständig und leitet den gesamten Parenting-Bereich. Sie hält Vorträge, leitet Workshops und führt auf Wunsch auch Einzelgespräche.

Die gelernte Erzieherin und zweifache Mutter begleitet Eltern seit vielen Jahren dabei, die Beziehung zu den eigenen Kindern aktiv zu gestalten. Ziel ist es, ein entspanntes Zusammenleben innerhalb der Familie und eine individuelle Entfaltung des Einzelnen erfolgreich zu ermöglichen. Als systemischer Eltern-Coach ist Susanne Hübschle ausgebildet in den Bereichen NLP Coaching, Kommunikationstraining und systemische Familienaufstellung.

„Gerade in der Pubertät ist das Thema Sexualität hochaktuell – bei Eltern wie Jugendlichen. Ich begleite Menschen auf dem Weg zu erfüllter Sexualität und Eltern auf dem Weg zu aktiver Aufklärung ihrer Kinder.“

Karen Wolff



Bei Mentor ist Karen Wolff für Eltern-Vorträge zum Thema Sexualität und Aufklärung von Kindern und Jugendlichen verantwortlich.

Karen Wolff ist Lehrerin, Dachdeckerin und Sexualberaterin. Genauso vielseitig wie ihre Kompetenzen sind auch ihre Methoden, Menschen dabei zu helfen, mit sich und ihrem Körper in Einklang zu kommen. Ihr entspannter Umgang mit dem Thema Sexualität überträgt sich sofort auf ihr Gegenüber und motiviert dazu, aktiv zu werden und das Thema Aufklärung von Jugendlichen nicht dem Internet zu überlassen.

Ziel der Vorträge ist es, einen Raum zu schaffen, wo Eltern relevante Informationen bekommen, es aber auch die Möglichkeit gibt, Fragen zu stellen und sich auszutauschen.

Mentor Stiftung Deutschland



Mentor wurde 1994 in Stockholm von Königin Silvia von Schweden gegründet und verfolgt weltweit das Ziel, Jugendliche im Alter von 13 bis 17 Jahren zu stärken und zu begleiten, um sozialer Isolation vorzubeugen und Zukunftsperspektiven zu verbessern. Neben den Programmen für Jugendliche führt Mentor auch Vorträge für Eltern durch. Das Eltern-Coaching verbessert die Kommunikation innerhalb der Familie.

Die Mentor Stiftung in Deutschland wurde 2016 gegründet und hat ihren Sitz auf der Insel Mainau unter dem Vorsitz von Bettina Gräfin Bernadotte.

In Deutschland werden Mentorenprogramme unter der Geschäftsführung von Sybille Perez in Kooperation mit Schulen und Unternehmen realisiert. Das Eltern-Coaching umfasst interaktive Vorträge, Workshops und die Weitergabe von Informationen rund um das Thema „Pubertät“.

Mentor Stiftung Deutschland
Gemeinnützige, rechtsfähige Stiftung des bürgerlichen Rechts
D-78465 Insel Mainau
Telefon: +49 7531 303-357 | Fax: +49 7531 303-160
info@mentorstiftung.de

Volksbank eG Konstanz
IBAN DE 36 6929 1000 0229 3914 10
BIC: GENODE61RAD