

Eine Workshop – Reihe für Eltern und alle, die mit Kindern arbeiten

Kaum etwas im Leben nehmen wir so ernst, wie das Eltern-Sein. Der Spagat zwischen den eigenen Bedürfnissen und den Bedürfnissen der Kinder stellt uns oft vor eine große Herausforderung.

Sie wollen klar und handlungsfähig bleiben, auch in schwierigen und herausfordernden Situationen? Sie wollen mit Mehrfachbelastungen gut zu recht kommen? Sie wollen einen klaren, sicheren Rahmen formen und vor allem ein liebevolles, gleichwertiges Miteinander in Ihrer Familie leben? Entdecken Sie das Herzstück einer respektvollen und wertschätzenden Beziehung, Kommunikation: die Sprache der Liebe.

METHODE

Lernen Sie praktische Hilfestellungen für Ihre Kinder kennen, wie Sie diese besser unterstützen, motivieren und die Kids Spaß und Erfolg haben, bei dem was sie tun.

Entdecken Sie neue Möglichkeiten, wie Sie in all den vielen Alltagssituationen stark, liebevoll und respektvoll miteinander sein können.

Erfahren Sie, wie Sie durch mentales Training Ihre Energiereserven aufladen können und entdecken Sie Ihre Ressourcen und Kraftquellen.

„Inmitten der Schwierigkeiten liegen die Möglichkeiten!“

Albert Einstein

NUTZEN

Klar und handlungsfähig bleiben, auch in schwierigen und herausfordernden Situationen

Mit Mehrfachbelastungen gut/besser zurecht kommen

Nein - Sagen lernen und klare Rahmen setzen

Zur Inneren Kraft und Ruhe finden/ Aufladen und Krafttanken

Die Macht der eigenen Gedanken erkennen und zielorientiert einsetzen (Mentaltrainings-Tools)

Neue Konfliktlösungsstrategien kennenlernen und selbst entwickeln

Kommunikation bewusst leben
Neue Rollenbilder entdecken

BESONDERS ZU EMPFEHLEN

Für alle Eltern, die Ihre Kinder im (schulischen) Alltag unterstützen wollen, damit sie gesund, selbstbewusst und erfolgreich ihren Weg in die Zukunft gehen!

Für alle Eltern, die neben Mutter-Vater-Rolle auch die Mann-Frau-Rolle aktiv und genussvoll leben wollen!

DAUER

Infoabend: 2 Std.
3 Workshop-Abende (à 2,5 Std.)

KOSTEN

Infoabend: 15€/Person
Workshop-Reihe inkl. Infoabend:
85€/Person
150€/Paar

KONTAKT

Katharina Dessl

Psychologische Beraterin
Supervisorin
Trainerin, Pädagogin
verheiratet, Mutter von 3 Kindern

www.herzfrequenz.at
coaching@herzfrequenz.at
0660 - 52 606 52