

Vortrag: starke Kinder - mit Leichtigkeit?

Thema: „Wie stärke ich mein Kind, damit es den Herausforderungen des Lebens gewachsen ist?“

In den letzten Jahrzehnten hat sich das Familienleben drastisch verändert. Viele sehen sich neuen Herausforderungen ausgesetzt, wobei sie nicht auf „alt- Bewährtes“ zurückgreifen können.

Denn in einer Flut von Informationen zur Erziehung, veränderte Familienstrukturen und nicht zuletzt die schnelllebige Zeit, in der wir uns befinden, ist es schwieriger geworden, den „richtigen“ Weg zu finden. Zusätzliche Themen wie Mobbing oder Ausgrenzungen in der Schule, Hausaufgaben und Medienzeiten verunsichern Viele immer mehr.

Je mehr wir im Außen suchen, desto mehr Möglichkeiten finden wir. Nicht selten passiert es

dann, dass wir uns in einer Überforderung und teilweise sogar Machtlosigkeit befinden. Geht es uns über einen längeren Zeitraum nicht gut, können wir davon sogar krank werden.

Für viele Eltern stellt sich dann die Frage: „Wie kann ich denn in dieser Zeit mein Kind für die Herausforderungen des Lebens stärken?“ oder: „Was braucht ein Kind heutzutage, um stark und somit gesund durchs Leben zu kommen?“

Ich zeige ihnen in meinem Vortrag, wie es möglich ist, ihr Kind liebevoll und achtsam in herausfordernden Zeiten zu begleiten. Gleichzeitig erfahren Sie, wie Sie der „sichere Hafen“ für ihre Kinder sein und bleiben können, ohne dabei selber „unterzugehen“. Denn meine Devise lautet: „Starke Eltern - starke Kinder“.

Mit viel Ehrlichkeit, Klarheit aber auch einer gehörigen Portion Humor stelle ich ihnen einige Hilfsmittel vor, wie sie ihren Familienalltag mit weniger Stress und mehr Leichtigkeit leben können. Somit profitieren alle davon und können gestärkt durch 's Leben kommen.

Anja Krehan
Selbstbehauptung und Resilienztrainerin
Beraterin für Mobbingprävention
Präsentations- und Seminarspezialistin
Systemische Coach

Homepage: www.anja-krehan.de
E-Mail: anja-krehan@web.de
Ensisheimerstr. 8, 88677 Markdorf

Datum & Uhrzeit:

Ort: