SELBSTBEHAUPTUNG · RESILIENZ · COACHING

Verena Jasper-Bruns



Ich stärke Kinder im Training, begleite Kinder, Jugendliche, Familien und Teams im Coaching, wenn Konflikte, starke Gefühle oder Unsicherheiten den Alltag belasten.

TRAININGS FÜR KINDER

Selbstbehauptungs-und Resilienztraing in Kitas und Schulen, nach dem Konzept von „Stark auch ohne Muckis“

Die Kinder lernen

- selbstbewusst und sicher aufzutreten
- mit Beleidigungen, Streit und Auseinandersetzungen umzugehen
- ihre eigenen Grenzen zu erkennen und die Grenzen anderer zu respektieren
- Nein zu sagen und für sich selbst einzustehen
- mit Wut, Ärger und Frust umzugehen und bei Provokationen ruhig zu bleiben

Mir ist wichtig, dass die Kinder erfahren, dass sie selbst der wichtigste Mensch in ihrem Leben sind. Durch Bewegung, Rollenspiele und praktische Übungen erleben sie die Inhalte selbst und probieren neue Verhaltensweisen aus.

Für Eltern und Fachkräfte

Praxisnahe Elternvorträge und Workshops, wie Eltern und Fachkräfte, Kinder in ihrem Selbstvertrauen stärken und bei starken Gefühlen begleiten können.

Kindeswohl steht an erster Stelle. Grundlage sind die Qualitätsstandards des Netzwerks „Stark für Kinder“.

stark für kinder
GEPRÜFTE QUALITÄT
PÄDAGOGIK
STANDARDS
KINDESWOHL
Echtheit prüfen auf starkfuerkinder.de

COACHING

Für Kinder, Jugendliche, Familien und pädagogische Teams · IntuSense® Kinder-, Jugend- und Familiencoachin
Gemeinsam schauen wir auf die persönliche Situation, erkennen vorhandene Stärken und Ressourcen und entwickeln neue Möglichkeiten, mit Herausforderungen umzugehen.

Selbstwirksamkeit

Das Vertrauen wird gestärkt, die Selbstwirksamkeit wird aufgebaut und aus den eigenen Stärken wächst die Kraft, die nächsten Schritte zu gehen.

Klarheit

Struktur und ein klarer Blick auf die eigenen Ressourcen geben Orientierung und Sicherheit.

Achtsamkeit

Gefühle und Bedürfnisse werden wahrgenommen, die eigenen und die der anderen. Jede Sichtweise darf da sein.

Neue Möglichkeiten

Mit kreativen Methoden und einem Perspektivwechsel entstehen neue Ideen.

Kinder, Jugendliche und Familien

- Streit, Stress, Konflikte und starke Gefühle
- Mobbing und Ausgrenzung
- Selbstwert und Schulstress
- Trennung, Trauer und Veränderungen

Pädagogische Teams und Unternehmen

- Teamcoaching
- Konfliktmanagement
- Kommunikation
- Grenzen setzen

Über mich

Ich weiß aus eigener Erfahrung, wie verletzend es ist, sich nicht wehren zu können und die eigenen Grenzen nicht zu setzen. Genau deshalb ist diese Arbeit mein Herzensprojekt. Ich möchte Menschen stärken und ihnen Mut machen, für sich selbst einzustehen.

Der erste Schritt ist ein persönliches Gespräch.
Ich freue mich auf Ihren Anruf.

+49 151 55560929
vjasperbruns@outlook.de

Coaching dient der persönlichen Entwicklung. Es ersetzt keine medizinische oder psychotherapeutische Behandlung und stellt keine Diagnose. Begleitend zu einer Therapie ist es nach Absprache möglich.