
INHALT Eltern stehen in der neuen „Normalität“ vor enormen Herausforderungen: der Umgang mit der eigenen Unsicherheit, Angst, Druck und Sorgen. Unsere Kinder brauchen in diesen Zeiten allerdings mehr denn je Eltern als starke Persönlichkeiten, die Halt und Sicherheit geben. Wie entwickelt man als Elternteil diese innere Stärke und Stabilität, um mit den Widrigkeiten des Alltags gut umzugehen – darum geht es in diesem Workshop.

SCHWERPUNKTE

- Kompetenter Umgang mit Gefühlen
- Eigene Abgrenzung und Grenzen setzen
- Gut für sich selbst sorgen

NUTZEN:

- Sensibilisierung für das Thema
- Lust auf „mehr“

ZEITRAHMEN/ORT

- 2 Stunden – als Webinar oder vor Ort

KOSTEN

im Rahmen des **Gesunden Kindergartens** wird der Workshop gefördert

ANMERKUNG

Die psychischen Anforderungen an Menschen, die Kinder betreuen, werden in Zukunft noch mehr steigen: Kinder brauchen mehr denn je starke und selbstreflektierte Persönlichkeiten an ihrer Seite, die bereit sind, sie verantwortungsvoll ein Stück ihres Weges zu begleiten. Eltern, die mit sich „im Reinen“ sind, sind die dafür wohl wichtigste Grundlage.



ANSPRECHPARTNERIN

Sandra Kaiser, MTD
SK-Sandra Kaiser Coaching-Training-Supervision
Waldstraße 13, 5321 Koppl
Tel. 0664 122 1947
Mail: kontakt@sandrakaiser.at
Web: www.sandrakaiser.at

