

MEHR SICHERHEIT FÜR KINDER!

Schätzungsweise jedes dritte Kind leidet unter Mobbing, überfordernden Konfliktsituationen und heftigem Stress. Kein Kind sollte solche Erfahrungen machen müssen!

Mein Ziel ist es, dass aus Kindern glückliche und innerlich starke Erwachsene werden. Wünschst Du Dir das auch? Lass uns für mehr Sicherheit sorgen. Für eine gesunde Zukunft unserer Kinder.



"Dein toller Kurs war eine Bereicherung - ich bin begeistert! Du bist so empathisch und mitreißend, geduldig und herzlich! Danke dafür. Ich habe den Eindruck, dass nicht nur die Kinder davon profitieren, sondern auch wir Erwachsenen." Jutta L., Pädagogin

"Du bringst so viel positive Energie, Stärke und Farbe in unser Leben - wir bedanken uns bei Dir für Deine besondere Herzensarbeit und wir sind immer wieder gerne und begeistert dabei!" Marion M., Erzieherin

INFOS & KONTAKT



Psychologisch - systemische Persönlichkeitstrainerin
Zertifizierte Resilienz-, Entspannungs- und
Stresspräventionstrainerin
Assistant Counselor Kunst- und Gestaltungstherapie (IHP)

BERATUNG | KURSE | SEMINARE | VORTRÄGE FORTBILDUNG | LESUNGEN

- Einzelberatung und -training für Kinder, Jugendliche, Erwachsene und Familien
- Kurse für Kinder und Jugendliche - in Schulen, Kitas, Familienzentren | offene Kurse
- Pädagogenfortbildung | Teamfortbildung
- Dozentin | Referentin (Akademie für ganzheitliches Kinder- und Jugendcoaching, Kolping Akademie u.w.)
- Kinderbuch-Autorin, Manuela Kinzel Verlag: *Finde den Zauberer in Dir*

**Jedes Kind braucht innere Stärke
und Selbstsicherheit - mehr als je
zuvor!**

Tanja Rödig - HerzBestärkt!
Gustav-Adolf-Str. 24
91154 Roth Pfaffenhofen

Telefon: 09171 - 922 89 64
Mobil: 0175 - 294 0 214

E-Mail: training@tanja-roedig.com

www.herzbestaerkt.de
www.findedenzaubererindir.com

STARKE KINDER MIT MUT UND HERZ!



Entspannt. Kreativ.
Gestärkt.
Gegen Mobbing.



TANJA RÖDIG

training@tanja-roedig.com

INNERE STÄRKE FÜR KINDER

www.herzbestaerkt.de

WIE ICH EUCH ALS FAMILIE UNTERSTÜTZEN KANN

ELTERNABENDE | VORTRÄGE FAMILIEN- UND EINZELBERATUNG



Eltern erfahren bei meinen Vorträgen, Kursen
oder in der individuellen Beratung:

- Wie kann ich mein Kind für die Konflikte und Herausforderungen des Lebens stärken?
- Wie stärke ich die Verbindung zu meinem Kind?
- Wie wird mein Kind zu einer starken Persönlichkeit?
- Wie stärke ich das Selbstbewusstsein sowie das Selbstvertrauen meines Kindes?
- Wie kommen wir aus der Mobbingssituation heraus?
- Warum ist Entspannung und Selbstfürsorge so wichtig - auch für Eltern?
- Wie werde ich der Rolle des Vorbilds gerecht?

***Für mehr Beziehung
und weniger Streit.***

FÜR FAMILIEN

WIE ICH KINDER STÄRKE

KURSE & PERSÖNLICHES EINZELTRAINING

Welche Kursthemen biete ich für Kinder an?

- Resilienz - zum Aufbau von innerer Stärke
- Selbstbehauptung und Mobbing-Prävention
- Entspannung und Achtsamkeit
- Stressprävention
- Interaktive Lesungen aus meinem Kinderbuch

***Für mehr innere Stärke
und weniger Mobbing.***

Kinder lernen in meinen Kursen sowie im
individuellen Einzeltraining:

- Selbstbewusstsein, Selbstsicherheit und Selbstliebe zu stärken
- Ihre Gedanken in eine gute Richtung zu lenken und auch Dinge, die ihnen schwerfallen, mit hoher Energie zu meistern
- Ihre eigenen Gefühle zu erkennen und einzuordnen - sowie die ihrer Mitmenschen
- Aus der Opfer- bzw. Täterrolle zu kommen
- Mehr Klarheit in ihrer Kommunikation
- Das Wahrnehmen und Erleben von Entspannung und Achtsamkeit
- Strategien zur Konzentrationssteigerung, Gefühlsregulation, Entspannung sowie für die fünf Hauptkonflikte (siehe Pädagogenschulungen)

FÜR KINDER

WIE ICH EUCH ALS EINRICHTUNG UNTERSTÜTZEN KANN

PÄDAGOGENSCHULUNGEN



In meinen Fortbildungen erleben Pädagogen:

- Einen einheitlichen Umgang mit dem Thema Mobbing im Team zu haben
- Strategien für die fünf Hauptkonflikte:
 - Wie gehe ich mit Beleidigung um?
 - Wie reagiere ich bei Provokation?
 - Was tue ich, wenn mir etwas weggenommen wird?
 - Wie reagiere ich, wenn mich jemand festhält?
 - Wie hole ich richtig Hilfe bei Gewaltandrohung?
- Konflikte und Mobbing zu minimieren, so dass der Stresslevel sinkt und das Wohlbefinden bei allen steigt
- Kinder und Jugendliche nachhaltig zu stärken
- Neue Impulse für die pädagogische Arbeit

***Für mehr Wohlbefinden
und ein geringeres Stresslevel.***

FÜR PÄDAGOGEN