



Ich fühle mit dir – fühle ich mit dir oder mit mir?

im Rahmen unseres Projektes „Aktiv gegen Gewalt und Mobbing an Schulen“

Wir selbst können nur zum Mobbing- Opfer werden, wenn andere Personen Punkte an uns finden, mit denen wir selbst nicht im Einklang sind.

Doch was wäre, wenn es Triggerpunkte gar nicht mehr gäbe? Dann hätten potenzielle „Täter“ keine Angriffsmöglichkeiten mehr.

Mein Angebot:

Ich biete Ihnen Vorträge, Workshops/Seminare zu den Themen Hochsensibilität, Empathie und Resilienz für Erwachsene an. Da die eigene Haltung, die persönliche Vergangenheit und Wahrnehmung immer Teil der Entwicklung sind, kommen auch diese Aspekte in meiner Arbeit zum Tragen.

Als Pädagogin kann ich speziell auf die Arbeit mit Kindern eingehen und neue Sichtweisen in Ihren Alltag bringen.

Ziele meiner Kurse:

- Stärkung der eigenen Widerstandskraft (Resilienz)
- Finden und Aufbauen von Selbstliebe (Selbstepathie)
- empathisches Handeln im täglichen Umgang miteinander
- Finden und Bearbeiten eigener Triggerpunkte
- Erlernen eines wertschätzenden Umgangs miteinander und mit sich selbst
- Zulassen und Benennen der eigenen Gefühle

Der zeitliche Rahmen und die Zielsetzung werden individuell abgesprochen und auf die Zielgruppe abgestimmt.

Durchgeführt von Carolin Moll