



Mamas und Papas im Raum Pinzgau und Umgebung aufgepasst... Fühlst du dich als Elternteil manchmal überfordert?

Die Anforderungen und das Anpassen an die moderne, hektische Welt ist deinem Kind einfach oft zu viel? Dazu kommen noch <u>Ängste, Sorgen, Mobbing, Schulstress</u> usw. Und du weißt nicht genau, wie du deinem Kind die beste Unterstützung für all diese Dinge geben kannst?

Online- 3 Abende

Erstmal keine Sorge, das ist etwas ganz Normales, dass dein Kind mit dieser hektischen Art des Lebens und den hohen Anforderungen der modernen Welt manchmal etwas überfordert ist. Kannst du dir vorstellen, dass es einfach umzusetzende Übungen gibt, die dich und dein Kind dabei unterstützen, diese Herausforderungen im Leben gelassen zu meistern?

In diesem <u>Tageseminar</u> erwartet dich eine Vielzahl von praktischen Übungen und Techniken:

- Erfahre, wie du deinem Kind dabei unterstützen kannst, ein starkes Selbstvertrauen aufzubauen, damit es den Herausforderungen des Lebens selbstbewusst begegnen kann.
- Lerne wirksame Techniken zur Stressbewältigung und Konfliktlösung im Alltag kennen. Indem du deinem Kind zeigst, wie es mit Stress und Konflikten umgehen kann, ermöglichst du deinem Kind ein Leben voller Gelassenheit und innerer Stärke.
- Entdecke, wie du eine tiefere und bedeutungsvollere Beziehung zu deinem Kind aufbaust, indem du dich in seine Welt der Gedanken und Gefühle besser einfühlen kannst.

Alle Übungen lassen sich spielerisch in euren Alltag integrieren und zeigen oft nach kurzer Zeit einen positiven Effekt auf das Wohlbefinden.

Du willst dir und deinem Kind ein glückliches und sorgenfreies Leben ermöglichen?

DANN MELDE DICH JETZT AN UND UNTERSTÜTZE DICH SELBST UND DEIN KIND BEI DER "MENTALEN GESUNDHEIT" Hast du noch Fragen, dann melde dich einfach!

+43 664 7989925 🗹 servus@michael-aigner.at

www.michael-aigner.at

Präsent: Im Techno-Z Saalfelden Kosten: 120€ inkl. Getränke & Pausensnacks

Online 3x2h: Über Zoom Kosten: 99€