

Gemeinsam sind wir stärker als alleine.

Suche Kooperationspartner*in: Privatpersonen, Elternforen oder Kindergärten, die mit mir zusammen das Training:BeziehungsStarke Eltern organisieren.

Herzlichen Dank
Brigitte Heynen



BeziehungsStarke Eltern

Wut + Stress = sicher und entspannt regulieren

www.brigitte-heynen.ch

GefühlsStark leben-BeziehungsStark sein.

courage@brigitte-heynen.ch

079 966 04 63



Guten Tag, ich bin Brigitte Heynen:

“Wenn ich in meinen Coachings die Verzweiflung junger Mütter sehe und die Not der Kinder spüre, kommt in mir der tiefe Wunsch auf, BEIDE gleichzeitig zu unterstützen.”

Ich bin

- Seit 27 Jahren selbstständig als Coachin und Trainerin
- Langjährige Erfahrung in der Kinder- und Jugendarbeit
- In verschiedenen Heimen als Pädagogin gearbeitet
- Als Okey-Team Selbstwert-Trainings in Schulen+Krisenklassen durchgeführt
- Zusatzausbildungen als: TZT-Leiterin, künstlerische Therapeutin, Biographiarbeiterin und biografisches Coaching
- Spezialität: Trauma-sensible Arbeit
- Leidenschaftliche Übungs-Entwicklerin
- Gestalterin von HerzensReisen

www.brigitte-heynen.ch

GefühlsStark leben-BeziehungsStark sein.

courage@brigitte-heynen.ch

079 966 04 63



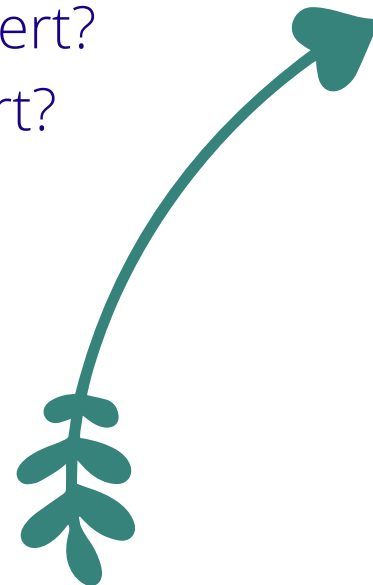
BeziehungsStarke Eltern

Wut + Stress = sicher und entspannt regulieren

Erwachsene, die mit der Wut oder der Frustration von Kindern nicht klar kommen, fühlen sich hilflos und ohnmächtig. Genau dann brauchen sie ein einfaches, beziehungsstarkes Werkzeug, das blitzschnell hilft.

Wut, Tränen und viele Diskussionen?

- Ein Nein wird nicht akzeptiert?
- Aufträge werden verweigert?
- Streit beim Zubettgehen?
- Wutanfälle ohne Ende?
- Stures dagegen steuern?
- Will nicht aufhören mit...?
- Will nicht zuhören?



Das bringt Eltern auf die Palme.

Der Familienalltag bekommt mehr Leichtigkeit.

- Eltern können Wut zum Schmelzen bringen.
- Werden im Stress zum Fels in der Brandung.
- Können Kinder aus der Verweigerung herausholen.
- Nutzen die Beziehung, um besser gehört zu werden.
- Eltern können Tränen einsammeln.
- Können ohne Streit Grenzen setzen.
- Fühlen sich in ihrer Führungsrolle wohl.

Eltern fühlen sich BeziehungsStark.



Mein Training für mehr entspannte Momente

Sichere Bindung, harmonisches Zusammen-sein und einander gut verstehen, ist kein Zufall. Eltern und Kinder können aus alten Verhaltensmustern aussteigen und zusammen einen Alltag gestalten, der sich stimmig und miteinander verbunden anfühlt.

Im Eltern-Training zeige ich wie :

- Eltern ihre Gelassenheit stärken und auf die innere Weisheit hören.
- Ruhig und klar Kinder durch die Frustration begleiten.
- Kinder unterstützen, ihre Wut selber zu beruhigen.
- Aus dem Stress-Modus aussteigen und Kinder in die innere Stabilität führen.
- Den Beziehungskompass im Alltag zu benutzen.

Die Eltern bekommen im Training:

- Theoretische Impulse über kindliche Wut und die Wirkung einer sicheren Bindung.
- Körperübungen, die helfen Wut und Stress zu regulieren.
- HerzensReisen, die entspannen und die Beziehung zu sich und dem Kind stärken.



www.britte-heynen.ch

GefühlsStark leben-BeziehungsStark sein.

courage@brigitte-heynen.ch

079 966 04 63

Mein Angebot für Eltern + Fachkräfte:

Ziel des Trainings ist: Eltern ein stabiles Fundament an Wissen, Techniken und Werkzeugen zu vermitteln, die helfen mit offenem Herzen, ruhig und klar beim Kind zu bleiben, gerade wenn es sehr wütend, frustriert oder gestresst ist.

Wer

Organisation von Raum und Teilnehmer*Innen: Elternforen, Kindergärten, Privatpersonen
Durchführung des Eltern-Training: Brigitte Heynen

Wann

Teil 1: Basis-Training: vor Ort von 10.00-17.00 Uhr
Teil 2: Vertiefung: Zoom-Treffen von 20.30-21.30 Uhr

Was

- **Live-Training:**

Miteinander üben, austauschen und voneinander lernen.
Den Beziehungskompass kennen lernen.
HerzensReisen genießen.

- **Praxis-Workbook:**

Mit theoretischen Hintergrundinformationen zur Vertiefung.
Übungsanleitungen und Inspirationen für den Alltag.

- **Audio-+Video-Aufnahmen**

HerzensReisen werden aufgenommen + die wichtigsten KörperÜbungen gibt es auf Video.

Für: Fr.244.-

Noch Fragen? courage@brigitte-heynen.ch 079 966 04 63

