

Über mich

WAS ICH GLAUBE

Viel zu oft werden unsere Kinder nicht wirklich gesehen und bekommen gesagt: "Das ist jetzt echt kein Grund um traurig zu sein! Hör auf zu weinen und reiß dich zusammen!" oder "Schau dir deine Fehler an. Das war nicht gut genug!"

Die Kinder verlernen schon früh, auf sich und ihre Gefühle zu vertrauen! Sie machen sich klein und starten so an sich zweifelnd gar nicht erst ins Abenteuer Lernen. Als Teens vergleichen sie sich in den Social Medias. Dabei steckt soooo viel Potential in ihnen!

WOHER ICH KOMME

Schon früh in meinem Leben musste ich Verantwortung tragen. Ich nahm mich als Kind zurück und fühlte mich dabei so oft ungesehen, ohnmächtig und machtlos. Dass ich wertvoll bin, wie ich bin, habe ich nie gespürt. Gleichzeitig wuchs jedoch die Gabe meiner **Empathie** - und zusammen mit meinem Wert **Respekt** machte mich diese erfolgreich im Beruf.

Die Liebe zu meinen Kindern brachte in die Kraft, auch für MICH **Verantwortung** zu tragen und den wahren Wert in uns zu erkennen.

MEIN WARUM

Für mich trägt JEDER etwas immens Wertvolles im Herzen = die Seele. Der Wert eines jeden Menschen ist dadurch unveränderlich hoch, wie bei einem Diamanten. Ich erinnere Menschen an diesen Wert und ermächtige sie so, selbstwirksam für ihr Leben einzustehen.

Um wieviel heller wird unsere Welt, wenn wir aufhören, uns selbst und gegenseitig durch Bewertungen und Urteile klein zu machen?

Was wird möglich, wenn bereits Kinder lernen, sich selbst wertzuschätzen und gleichzeitig auch den Diamanten im anderen sehen?



WIE UND WO SIE MEINE QUALITÄT NUTZEN KÖNNEN

- "Löwenstark und Diamantenklar" in Grund- und weiterführende Schulen
- "STARK - Ich kann das für Teens" in weiterführenden Schulen
- Medienführerschein für 4. Klasse
- Elternabende
- PädagogInnen-Fortbildung
- Einzelcoaching
- Berufsorientierung für Teenager
- Azubitrainings in Unternehmen

MEINE KONTAKTDATEN

Handy:
0170 / 446 40 40

Email:
heldmannstephanie@gmail.com

Homepage
www.stephanieheldmann.de



Ich stehe ein für:

- Respekt
- nachhaltige Stärkung
- Verantwortung
- Vertrauen

Stephanie Heldmann

Noch mehr
Leichtigkeit im Leben
durch

- Selbstbehauptung & Resilienz
- Persönlichkeitsentwicklung
- Achtsamkeit statt Mobbing
- Stressprävention



Was ist für Dich und Dein Kind möglich?



DEIN KIND / TEENIE BEKOMMT WERKZEUG, MIT DENEN ES

- achtsam und effektiv mit Beleidigungen umgeht,
- ohne Gewalt handelt, wenn ihm was weggenommen wird,
- sich selbst-bewusst, sicherer in sich selbst und dadurch mutiger wird
- von innen heraus motiviert wird, achtsam und respektvoll mit sich und anderen umzugehen,
- den Fokus auf das Gute legt,
- sich durch einfache Selbstverteidigungsgriffe befreit, um Hilfe zu holen,
- sich seiner einzigartigen Stärken bewusst wird.

SO ERREICHT DEIN KIND / TEENIE

1. MEHR SICHERHEIT IM ALLTAG

Ihre Kinder werden - auf sich selbst vertrauend - widerstandsfähiger und klarer in ihrer Kommunikation und ihrem Auftreten - und können so besser mit schwierigen Situationen umgehen.

2. MEHR RESPEKT = HÖHERES WOHLBEFINDEN

Ihre Kinder lernen, dass jede/r seine eigene Meinung haben darf und diese Meinung dann richtig für sich einzuordnen. Dies ist die Grundlage für ein respektvolles Miteinander und somit auch weniger Streitereien.

Denn die stärkste Grenze, die ein Kind setzt, ist nur so stark, wie sein Gegenüber die Fähigkeit besitzt, diese zu respektieren

3. MEHR KLARHEIT

Ihre Kinder werden ihre eigenen Grenzen klarer wahrnehmen und somit selbst erkennen können, was gut und gesund ist- um dann selbstbewusst Abstand von schädlichen Dingen im Alltag und im Internet zu nehmen.

FÜR EINE STARKE UND RESILIENTE ZUKUNFT

DENN MEHR DENN JE GILT:

Sei Du
SELBST
Alle anderen
gibt es
SCHON

- **Mut**
- **Respekt**
- **Klarheit**
- **Stärke**



für klein bis groß