

Meine aktuellen Angebote

Burnout-Prävention / Stressmanagement für Firmen/Einrichtungen/Mitarbeiter

Alle als Vortrag, Seminar, Workshop buchbar (ab 1,5 Std – 6 Std) – je nach Bedarf

- Stressfrei und gesund - Die Kunst sich selbst zu steuern - Ein Seminar über Selbstregulation
- Zurück in deine Balance – Finde wieder deine Mitte und innere Stabilität durch Nervensystem-Regulation
- Burnout: Wenn die Kraft nicht mehr reicht.... – Lerne deine mentalen Antreiber kennen und praktische Tools für mehr Kraft & Energie.
- Burnout-Prävention – Ein Seminar für mehr Leichtigkeit und Stressfreiheit – finde deine Energieräuber
- Burnout-Prävention – Ein Seminar über Abgrenzung und Nein-Sagen

Angebote für Eltern / pädagogisches Personal

- Gib' Elternburnout keine Chance – für mehr Kraft & Ausgeglichenheit im Familienalltag
- Stressfreies Leben mit Kindern? Ja, das ist möglich!
- Emotions-Workshop – Wie du deine Gefühle besser verstehst und regulierst - Ein Seminar, das sich auf die Anwendung von Emotionsregulation im Alltag konzentriert
- Emotions-Coaching für Kinder – wie du ihre Gefühle begleitest. Ein Seminar zur Emotionsbegleitung im Alltag. Hilfreicher Umgang mit unbeliebten Gefühlen wie Ärger, Wut und Aggression zur Entwicklung einer gesunden Emotions- und Sozialkompetenz
- Kinderängste – gesunde Angstbewältigung bei Kindern. Ein Seminar für eine gesunde Entwicklung des Kindes und wie du sie unterstützen kannst
- Die Kunst Grenzen zu setzen – Nein-sagen ohne Schuldgefühle! Für Eltern und Mitarbeiter, - für mehr Kraft & Lebensfreude.
- Sichere Bindung als Grundstein für mentale Gesundheit bei Kindern – für Eltern und pädagogisches Personal: Wie werde ich eine sichere Bindungsperson
- Mentale Stärke für mehr Wohlbefinden, Erfolg und Gesundheit – Leichter umgehen mit dem Leben und seinen Herausforderungen durch Stärkung deines Mindsets - Mentale Stärke für Eltern, Jugendliche, Kinder
- Traumasensibel Menschen (egal welchen Alters) begleiten und unterrichten – Für alle Menschen, die andere Menschen (Kinder, Jugendliche, Erwachsene) respektvoll und entwicklungsfördernd unterrichten, führen, begleiten wollen.
- Bindungs- und Entwicklungstrauma erkennen & verstehen – Ein anderer Blickwinkel auf Menschen

Persönlichkeitsentwicklung:

- Die Macht des inneren Kindes – Finde den Schlüssel zu deinen heutigen Problemen und stärke deine Selbstliebe, Selbstwert, Selbstbewusstsein, Selbstakzeptanz und Selbstvertrauen (Sich selbst besser verstehen)
- Das Innere Kind und die Überwindung von Trauma – Stärke deinen Inneren-Erwachsenen und erkenne die Zusammenhänge.
- Das Innere Kind heilen – Selbstliebe und Selbstwert aufbauen
- Das Innere Kind – eine Methode zur Selbstregulation

Sonstige Themen:

- Angst und Panikattacken – Angst verstehen und überwinden für mehr Lebensfreude
- Von der Vision zum Ziel - Ziele setzen und verwirklichen. Wie kannst du dein Potenzial ausschöpfen, im Privat- oder Berufsleben.

Alle Themen können an ihre Bedürfnisse (Zeit, Ziel, Umfeld, Kosten,..) angepasst werden. Wenn Interesse besteht, melden sie sich gerne unter den unten angegebenen Kontaktdaten bei mir für ein persönliches Gespräch oder buchen [hier einen kostenlosen Beratungstermin](#).

Weitere Angebote:

- Supervision – zur Unterstützung von Erlebtem/Bevorstehenden
- 1:1 Coaching – zur individuellen Unterstützung von Personen in ihren Herausforderungen (in ihrer Einrichtung oder bei mir in der Praxis)

Ich freue mich, dass sie sich für mentale Gesundheit interessieren und helfen ihnen gerne Ihre Mitarbeiter/Eltern hierbei zu unterstützen.

Mit freundlichen Grüßen
Marion Thaiss