

Maren Kettner

Tel.: 039603 23163, Mobil: 0176 96 11 3020

Mail: m.kettner@wegewerk-buerogemeinschaft.de

www.wegewerk-buerogemeinschaft.de

Beratungsangebote

Stressbewältigung

Entspannungsmethoden * Stress bewältigen lernen

Entspannung und Gelassenheit im Alltag * Achtsamkeit und Stille erfahren

Kommunikation

Besser verstehen besser verstanden werden * gewaltfreie Kommunikation

schwierige Gespräche führen lernen * Familie Liebe Beruf verbinden

Konstruktiver Umgang mit Konflikten

starke Eltern gelassene Kinder * Achtsamkeit in der Partnerschaft

Emotionale Klärung

Wut und Liebe zwei Stimmen des Herzens * mentales entgiften

Selbst reflektieren erlernen * gehen heißt verstehen

innere Klarheit erfahren

Entspannte Lehrer und Erzieher

ein Konzept zur Verbesserung der Konflikt-und Kommunikationsfähigkeit

Systemische Familienaufstellung

Zeit für mich

meine Lebenszeit gestalten meine Ziele finden