

Liebe Eltern,

Mit unseren vielfältigen Emotionen gut umzugehen, haben die wenigsten von uns gelernt. Bewusste Achtsamkeit meint genau das - Du wirst nicht mehr überrollt und überflutet von starken Emotionen, die du nur schwer oder gar nicht kontrollieren kannst. Du lernst selbst am Steuer zu sitzen und wirst dadurch nicht nur zu deinem eigenen Leitstern - sondern auch zum Leitstern deines Kindes!

Du verstehst Dich selbst nach und nach immer besser.
Du erhältst einen veränderten Blick auf die jeweilige Situation.
Du spulst endlich nicht mehr deine eigenen alten Programme ab - Du lernst auch in Konflikten den Überblick zu bewahren und bewusst und achtsam zu handeln.

- Dein Alltag wird ruhig, liebevoll und gelassen.
- Du kannst Ja zu dir selbst sagen und Nein zu anderen.
- In Konflikten und Stresssituationen reagierst du angemessen, liebevoll und immer souveräner.
- Du fühlst tiefe Verbundenheit und Freude mit deinem Kind und deinem Partner.
- Du verstehst dich selbst, deinen Partner und dein Kind immer besser.
- Du fühlst dich wieder voller Energie, mutig und kraftvoll.
- Du entdeckst deinen eigenen Wert und fühlst immer weniger Mangel in deinem Leben.
- Du und dein Kind ihr entspannt euch immer mehr und eure Beziehung vertieft sich.
- Deine Kommunikation ist liebevoll, freundlich und wertschätzend.
- Du kannst voller Liebe sagen was du brauchst.
- Du erhältst die Wertschätzung und Liebe, die du dir wünschst.

Ich unterstütze und berate Dich beim Aufbau deiner tragenden, positiven Beziehung zu dir selbst, deinem Kind und deinem Partner.

Alle deine Fragen und Themen dürfen da sein. Es gibt keine Tabus!

Ich stelle dir mein ganzes Wissen und meine langjährige, umfangreiche Erfahrung zur Verfügung.
Du erhältst hilfreiche Werkzeuge und Materialien, mit denen du auch alleine weiterarbeiten kannst.

Du wirst nach und nach ein immer erfüllteres, bewussteres und liebevolleres Familienleben entwickeln.

Schreibe mir eine email, damit wir ein unverbindliches, kostenloses Vorgespräch führen können und wir entscheiden können, ob wir zusammenarbeiten wollen.

Ich freue mich auf Dich!

Maria Claudia Manakas