

Corona Krise? - Nein Danke!!

Krise als Chance nutzen!

Hilfe zur Selbsthilfe!
Für Kinder, Erwachsene & Familien



WAS WIR HEUTE TUN, ENTSCHIEDET
DARÜBER, WIE DIE WELT MORGEN
AUSSIEHT.

-MARIE VON EBNER-ESCHENBACH -

www.karolin-noll.de

Krise als Chance für Neues nutzen!

Darf ich mich kurz vorstellen?



Mein Name ist Karolin Noll, ich bin Evolutionspädagogin, Lernberaterin P.P & Seinswert® Coach. Ich bin alleinerziehende Mama von 2 Kindern (11 und 7 Jahre) und arbeite beruflich mit Kindern und Erwachsenen.

Ich habe mir zur Aufgabe gemacht Kinder & Erwachsene dabei zu unterstützen in Ihre Kraft und Größe zu kommen um ihre Potentiale wie Fähigkeiten zu entfalten und ihre Ziele zu erreichen für ein Leben nach den eigenen Wünschen & Vorstellungen.

***Ich glaube an das Gute und das alles möglich ist!
Daher, ist aufgeben keine Option 😊***

Also, was können wir nun machen, um unsere Kinder zu schützen und zu unterstützen wie für uns Erwachsenen, damit wir in unserer Kraft bleiben und unseren Weg hin zu einem Leben in Freiheit gehen können?

1. Klare Entscheidung, was wollen wir
2. Tun was dafür nötig ist!
3. Glauben & vertrauen, dass wir unser Ziel erreichen werden!
4. Dran bleiben bis wir das Ziel erreicht haben
5. Gemeinsam auf den Weg machen, ist einfacher und macht mehr Spaß 😊

Für dich als Elternteil heißt es in 1. Linie Mental stark und in deiner Kraft zu bleiben, ich weiß, dass ist nicht immer so ganz einfach. Aber gerne helfe ich dir dabei. 😊

In unserem Fall heißt das, klar unsere Position zu beziehen und einzunehmen.
Durch die klare Einnahme deiner Position, kannst du dich bemerkbar machen, sprachlich Einfluss nehmen und vorausschreiten.

Genau das, was wir jetzt brauchen!!! 😊

Super unterstützen können wir dies, durch unseren Körper!

Eine Übung für Zuhause: Stelle dich fest auf den Boden und Trommel dir auf die Brust (Thymus) mit deiner Faust wie Tarzan und nehme deine Position ein.

Was auf den Demos schon gemacht wird, ob bewusst oder unbewusst, wir trommeln! Also, trommle fleißig mit, wie auch immer und finde deinen Rhythmus. Das stärkt nicht nur deine Motivation, sondern auch deine Sprache. 😊

Am schlimmsten im Moment trifft es aber unsere Kinder!

Diese sind dem ganzen komplett hilflos ausgeliefert! Wie kannst du deinen Kindern in dieser Zeit helfen und sie stärken, schützen?

Natürlich ist das auch altersbedingt unterschiedlich. Aber alle Übungen die ich dir zeige, gehen in jedem Alter. Ausgenommen, Säuglinge etc,

Was richten die Masken bei unseren Kindern an?

Auch bei uns Erwachsenen.

Es schwächt uns in unserer Gefühlssicherheit und wir haben ein Ungleichgewicht auf Nähe und Distanz.

Sie schüchtern ein, sie ängstigen, gleichzeitig erzeugt es Aggressionen

Jeder reagiert etwas anderes auf die Situation, was aber gleichbleibt, die Emotionen spielen verrückt.

Eine einfache Möglichkeit, um die Gefühlssicherheit wieder in Balance zu bekommen, ist zu krabbeln. So banal es sich auch anhören mag. Aber wie so oft, im Leben, sind es die einfachen Dinge, die Wunder bewirken können.

Bei den Kindern kommt noch erschwerend hinzu, dass sie sich unsicher fühlen, daher ist es eine gute Basis, **die Unsicherheit der Kinder wieder zu stärken.**



Eine schöne Übung ist, lege eine Decke aus, lass dein Kind sich reinlegen, auf den Bauch, Hände an den Körper, Kinn zur Brust und wiege dein Kind darin. Das stärkt das Gefühl der Sicherheit und Geborgenheit.

Wenn das Kind schon älter ist, kann es sich selbst hin und her wiegen.

Diese Übungen kann man gerne jeden Abend als Ritual machen. Meine Kinder lieben es!!!

Viel Erfolg und Freude wünsche ich damit.

Wenn du Fragen hast, Unterstützung brauchst für dich oder dein Kind, dann kontaktiere mich gerne unter info@karolin-noll.de oder 08232 / 95 60 40 6

Was können wir als Gemeinschaft tun?

Wir können uns gegenseitig unterstützen, Arbeitskreise bilden, alternativen für die „Schule“ entwickeln und unsere Kinder in ihrem Sein bestärken, stark machen fürs Leben und ihnen die Dinge beibringen, die wichtig sind fürs Leben, was sie nicht in der Schule lernen!

- ✓ An sich zu glauben!
- ✓ Seinen Gefühlen, Intuition zu vertrauen
- ✓ Auf die eigenen Fähigkeiten vertrauen
- ✓ Sie bestärken, indem worin sie gut sind, anstatt immer aufzuzeigen, was sie nicht können!
- ✓ Klare Entscheidungen zu treffen und dahinter zu stehen.
- ✓ Das Fehler zu machen, lernen & Wachstum bedeutet.
- ✓ Dass sie alles erreichen und werden können, was sie sich vorstellen können.
- ✓ uvm.

Doch dafür, dürfen wir Eltern wieder an uns glauben und daran, dass wir unsere Ziele erreichen werden.

Mach dein Kind groß & werde selbst groß!

Ist das Leitthema meiner Gruppe, die ich für Euch erstellt habe. Dort möchte ich euch unterstützen, euren Weg zu gehen und in eurer Kraft zu bleiben. Positiv zu denken uvm. Sei einfach neugierig & offen und lasst uns sehen, wie sich alles entwickelt. Ich freue mich auf jeden einzelnen, den ich auf seinem Weg unterstützen darf.

Hier der Link zur Gruppe auf Facebook:

www.facebook.com/groups/seinswert.familie/

Hier der Link zum Telegram Kanal, „Seinswert – Sei einfach du & verändere die Welt“ <https://t.me/seinswert> oder wenn du dich auch Austauschen möchtest, in die Telegramm Gruppe [https://t.me/seinswert Community](https://t.me/seinswert_Community)

Gemeinsam sind wir unaufhaltbar!!!!

Lasst uns was bewegen, damit die Geschichtsbücher was Einzigartiges zu berichten haben. 😊

Herzlich

Karolin Noll

PS: Wenn du weitere Infos oder Unterlagen benötigst. Melde ich gerne bei mir!
info@karolin-noll.de

Hast du Themen, die dich bewegen, aber du weißt nicht, an wen du dich vertrauensvoll wenden kannst?

Dann traue dich und wende dich gerne an mich. 😊

Denn es gibt nichts Schlimmeres, als das Gefühl zu haben, hilflos und allein dazustehen mit all den Problemen, Ängsten und Sorgen die einen plagen!

Du bist nicht allein! Wir sind viele! Also traue dich, dir Hilfe zu holen!

Gerne unterstütze ich dich, deine Kinder oder euch als Familie bei

- Lern- und Schulproblemen
- Konzentrationsproblemen
- Verhaltensauffälligkeiten
- Ängsten und Blockaden
- emotionalen wie familiären Schwierigkeiten

Aber auch wenn es darum geht

- dass du und deine Kinder in eure Kraft und Größe kommt.
- dass ihr an das Leben und eine schöne Zukunft glaubt
- dass ihr eure Ziele erreicht und Träume wahr werden.
- dass ihr über euch hinauswächst und unmögliches möglich macht.

**Traue dich großartig und mach deine Kinder von klein auf ganz groß!
Denn alles ist möglich, hier und JETZT!**

Egal wie schwer die Zeit gerade zu sein scheint, „allem wohnt ein Zauber inne“, wir dürfen einfach unseren Blickwinkel verändern, damit wir das Geschenk dahinter entdecken können. 😊 🎁

Herzlichst

Karolin Noll

Tel: 08232 95 60 40 6

Email: info@karolin-noll.de

Was wir heute tun, entscheidet darüber, wie die Welt morgen aussieht.

- Marie von Ebner-Eschenbach -

Zusammenfassung der Links

Inspiration für deine Entwicklung, gratis E-Books, Workshop
& weiteres findest du unter:

<https://karolin-noll.de/angebote/>

Die Seinswert® Business School für Kinder & Erwachsene
ist noch im Aufbau (erscheint bald)

<https://seinswert.de>

Impulse für dich & die ganze Familie:


www.facebook.com/groups/seinswert

<https://t.me/seinswert>

Unterstützung vor Ort für die ganze Familie:

Ist gerade im Aufbau, bitte deinen Bedarf, Anliegen und Fragen an
gemeinsamstark@seinswert.de senden.

Du darfst uns aber auch gerne schreiben, wenn du dich mit einbringen möchtest!
Wir freuen uns immer über Unterstützung!

Danke dir 

Ich freue mich, wenn ich dir mit meinen Angeboten einen Mehrwert liefern und dir
damit etwas Gutes tun kann.

 Karolin Noll

Sei du selbst die Veränderung, die du dir wünschst für diese Welt.

Mahatma Gandhi