

Über mich



Ich bin zertifizierte Selbstbehauptungs- und Resilienz-Trainerin mit Leidenschaft und setze mich aktiv für Mobbing-Prävention, empathische Kommunikation sowie ein gestärktes Selbst bei meinen Kurs-Teilnehmer:innen ein. Die Arbeit mit Kindern, Jugendlichen, Eltern und Lehrern ist für mich eine **Herzensangelegenheit**. Dabei versuche ich den ernstesten Themen mit Spaß und Leichtigkeit zu begegnen.

Als Kinder-, Jugend- und Familiencoachin sowie psychologische Beraterin (i.A.), möchte ich mehr Verständnis und Harmonie in die Familien und Schulen bringen.

Ich helfe meinen Kurs-Teilnehmer:innen, ihre persönlichen Ziele und Visionen zu entwickeln und mit Freude zum Leben zu erwecken. Dabei schauen wir auf die individuellen Stärken und lernen, wie wichtig eine warmherzige Haltung sich selbst gegenüber ist.

Mehr Sicherheit für Kinder

Das Schulklima ist rau geworden. Jedes 3. Kind wird in den ersten 4 Schuljahren Opfer von Gewalt, Mobbing oder überfordernden Konfliktsituationen. Lassen Sie uns für mehr Sicherheit sorgen – für eine gesunde und starke Zukunft unserer Kinder.



Nadine Uhlig | Seelenstärkerin
Training · Coaching · Beratung

Hohensteiner Str. 65
09117 Chemnitz

0173 / 977 27 84
kontakt@nadineuhlig.de



[instagram.com/nadineuhligde](https://www.instagram.com/nadineuhligde)



[facebook.com/kindercoach_nadineuhlig](https://www.facebook.com/kindercoach_nadineuhlig)



Nadine Uhlig
SEELENSTÄRKERIN



Mit
Leichtigkeit
wachsen

Starke Kinder – starke Zukunft

Für Familien

Elternabende, Vorträge, Familien- und Einzelcoachings

Eltern lernen bei mir:

- sich selbst und ihr Kind für die Konflikte und Herausforderungen des Lebens zu stärken
- einen sicheren Hafen für ihr Kind zu bieten und unnötige Konflikte zu vermeiden
- Glaubenssätze und deren Auswirkungen auf die Entwicklung des Kindes zu verstehen
- wie sie ihr Kind vor Mobbing und Konflikten schützen
- mit dem eigenen Kind als „Täter“ umzugehen
- wie man sein Kind zu einer starken Persönlichkeit erzieht
- wie man Selbstbewusstsein und Selbstvertrauen stärkt
- Auswege aus der Mobbingsituation für Kind und Familie
- mehr Harmonie und Verständnis im Familienalltag



Für Kids

Sozialkompetenztrainings für Kinder & Jugendliche

Kinder & Jugendliche lernen bei mir:

- Strategien für die 5 Hauptkonflikte
 - Beleidigungen
 - Provokationen
 - Wegnahme von persönlichen Gegenständen
 - Ungewolltes Anpacken
 - Gewaltandrohungen
- einfache und klare Kommunikation
- Selbstbewusstsein, Selbstsicherheit & Selbstliebe zu stärken
- Gedanken in eine gute Richtung zu lenken
- Handlungsstrategien für unliebsame Aufgaben und Situationen
- eigene Gefühle und die der Mitmenschen wahrzunehmen und einzuordnen
- aus der Opfer- oder Täterrolle zu kommen
- Grenzen zu setzen
- alltägliche Herausforderungen zu meistern



Für Pädagog:innen

Schulungen & Workshops

Pädagog:innen lernen bei mir:

- einen einheitlichen Umgang im Team mit Konflikten und dem Thema Mobbing
- Konflikte und Mobbing zu minimieren, so dass das Stresslevel sinkt und das Wohlbefinden aller steigt
- Kinder und Jugendliche nachhaltig zu stärken
- neue Impulse für ihre pädagogische Arbeit
- wie Sie mit „Tätern“ und „Opfern“ umgehen
- als Team wieder zusammenzuwachsen
- mehr Freude und Leichtigkeit bei der Arbeit

*„Heute war wirklich ein schöner Tag.
Du hast mir viel Neues gelernt und mir
gezeigt, dass ich auch vor der ganzen
Klasse meine Gefühle zeigen kann.“*

Mia, 3. Klasse

