



Mein Name ist
Carmen Mora Stege

Ich bin Jahrgang '72, ein emotionaler und stark werteorientierter Mensch und stolze Besitzerin eines sensiblen und zugleich ausdrucksstarken BorderCollie-Husky-Mischlings, dessen Erziehung mich viel über die Wichtigkeit von klaren Zielen, einer *selbst*bewussten Haltung und Konsequenz in der Erziehung gelehrt hat.

Beruflich bin ich auf Umwegen bei meiner Berufung gelandet und unterstütze als **Systemischer Business-Coach (SHB)** unter anderem Führungskräfte dabei, mehr innere Führung und Sicherheit zu erlangen. Denn nur so können sie sie auch anderen vermitteln.

Mein Credo: „Niemand wird in eine Führungsrolle (hierzu gehört auch die Elternrolle) hineingeboren. Erst über die bewusste Auseinandersetzung mit den persönlichen Zielen und Herausforderungen im jeweiligen Kontext wächst man in die Rolle hinein.“



PDF-Download → € 19,90

Seminar-Teilnahme → Preis auf Anfrage

Fragen oder Interesse?



www.carmen-mora-stege.de/mek



mail@carmen-mora-stege.de



089 - 99 62 97 80

Vielen Dank!

Mein Eltern-Kompass!

Das Grundlagencoaching für eine entspannte Elternschaft



Von Carmen Mora Stege

Worum geht's?

Ihr erwartet euer erstes Kind und habt Angst vor der Verantwortung und dem, was auf euch zukommt?

Ihr habt ein Baby/Kleinkind und fühlt euch oft gestresst oder überfordert?

Ihr seid die guten Erziehungsratschläge leid und wollt euer eigenes Ding machen, wist aber nicht so recht wie?

Sowohl Angst, als auch das Gefühl der Hilflosigkeit oder Überforderung stellen sich nur dort ein, wo noch kein ‚roter Faden‘, kein Plan oder konkrete Ziele/Visionen vorhanden sind. Dort, wo man noch keine Prioritäten und Prinzipien entwickelt hat. Dort, wo alles noch ‚offen‘ ist.

Mit ‚**Mein Eltern-Kompass!**‘ könnt Ihr diese Lücke schließen!

- **Entwickelt** Ziele, die euch entsprechen und das Selbstbewusstsein, das euch dorthin bringt!
- **Gewinnt** Klarheit über eure Prinzipien und Prioritäten, die Ihr der Erziehung eures Kindes zugrunde legen wollt und legt damit den Grundstein für das, was kommt, selbst!
- **Freut** euch auf die Klarheit und Entspannung, die all das nach sich zieht.

Was steckt dahinter?

Entwicklungspsychologen wissen heute, dass die tiefstliegende und damit die spätere persönliche Entwicklung sowie das Leben und Erleben eines Menschen am stärksten beeinflussende Prägung, die der ersten vier Jahre ist.

Und gerade Babys und Kleinkinder benötigen ein besonderes Maß an gefühlter **Orientierung und Sicherheit** und sind darauf angewiesen, dass sich ihre Eltern nicht selbst in einer Hilf- und Orientierungslosigkeit oder gar im situativen ‚Try and Error‘-Modus verlieren.

Grund genug, diese so bedeutenden ersten Jahre der Elternschaft so sicher und wertvoll wie möglich zu gestalten.



Mit ‚**Mein Eltern-Kompass!**‘, einem zum Selbstcoaching geeigneten Konzept, möchte ich jungen, unerfahrenen oder interessierten Eltern die Möglichkeit an die Hand geben, sich dem Findungs- und Entwicklungsprozess bzgl. ihrer (neuen) Rolle gezielt zu öffnen, ihn in ihrem Sinne zu gestalten und dadurch **Orientierung und Sicherheit** zu erlangen.

Was erwartet euch?

Anders als man vielleicht erwarten könnte, geht es in diesem Konzept nicht um Tipps und Tricks im Umgang und im Alltag mit Kindern, sondern um die Entwicklung eines ganz eigenen Leitfadens für euer Eltern-Dasein.

Neben wertvollen Coaching-Tipps zur Fokussierung des Eltern-Bewusstseins erwartet euch ein klar strukturierter, in sich aufbauender Fragenkatalog, dessen Bearbeitung durch Erläuterungen, Ergänzungsfragen, Beispielerantworten und kurze, verständliche Anleitungen zur individuellen Herangehensweise vereinfacht wird.

Insgesamt erwartet euch ein Konzept, das sich auf das Wesentliche beschränkt und in drei Teile gegliedert ist.

Im **ersten Teil** geht es darum, das Eltern-Bewusstsein zu schärfen und ein konkretes Verständnis für die Bedeutung der eigenen Rolle zu entwickeln.

Der **zweite Teil** behandelt die drei Säulen, auf denen ein gesundes Eltern-Dasein aufbaut.

Und im **dritten Teil** geht es wie am Ende jedes Coaching-Prozesses darum, das Erarbeitete zu reflektieren und für die weitere Entwicklung zu verankern.