

A harmonikusabb mindennapokért

Minden kiegyensúlyozott, boldog gyerek mögött egy kiegyensúlyozott, tudatos család áll. A nevelésben az egyik legnehezebb az, hogy eredményét leginkább nem azonnal látjuk, érezzük, hanem sokszor csak évek múltán, amikor már nem, vagy csak nehezen változtathatunk rajta...

Sokéves tanulmányaim és munkám alatt megannyi gyerekkel, szülővel, családdal, így számos különböző módszerrel találkoztam, melynek hosszú távú hatását is láthattam.

Célom, hogy minél több gyereknek, családnak abban segíthessek, hogy kiegyensúlyozott mindennapjaik legyenek, minél kevesebb feszültséggel, vitával.



Magyarországon szereztem meg diplomáimat, valamint 10 évet tanítottam általános iskolákban. Ezen kívül 14 évig foglalkoztam kárpát-medencei hátrányos helyzetű és árva gyerekekkel.

2015-ben költöztem Németországba, ahol egy bölcsődében dolgozom, bár jelenleg kisfiammal vagyok otthon. Tanítottam a Müncheni Hétvégi Magyar Iskola és Óvodában, melynek 2019 szeptembere óta az idei évig az egyik vezetője is voltam.

2019-ben kezdtem meg tanulmányaimat reziliencia-trénerként, majd család, gyerek és ifjúsági coachként, terapeutaként.

Magyar és német nyelven is segíthetek.



Berkecziné Szádeczky-Kardoss
Csilla

Család, gyerek és ifjúsági coach
Tréner
Párterapeuta



+49 176 433 93 183

www.szkcscilla.com - info@szkcscilla.com



Találj vissza a harmonikus és
kiegyensúlyozott mindennapokhoz és a
családi békéhez!



Miben segíthetek?



Miben segíthetek?

Egyéni alkalmak gyerekeknek, fiataloknak, felnőtteknek



- Nehéz döntési helyzetek
- Fóbiák leküzdése
- Énkép, önbizalom fejlesztése
- Meditációk
- Konfliktuskezelési stratégiák
- Stresszkezelési technikák
- Célkitűzések, megvalósítási terv
- Motiváció
- Bántalmazás kezelése
- Szeretetnyelvek
- Személyiségtípusok - a saját személyiségem jobb megértése
- Kommunikáció
- A gondolatok ereje, körforgása
- Öntudat
- Érzelmek, szükségletek

Csoportos tréning gyerekeknek, fiataloknak

A tanfolyamok során a következő témákat érintjük

- Megoldási módok a legjellemzőbb konfliktusokhoz
 - Szóbeli bántalmazás
 - Provokáció
 - Tulajdon elvétele
 - Nem kívánt érintések
 - Testi fenyegetés, bántalmazás
- Hatékonyabb kommunikáció
- Öntudat, önfegyelem erősítése
- Gondolatok összpontosítása, pozitív irányba terelése
- Saját és mások érzelmeinek felismerése, kezelése
- Hogyan lépünk ki az áldozat, esetlegesen a tettes szerepből?
- Hogyan védjük meg magunkat az online térben?



Családoknak, szülőknek, pedagógusoknak



- Szülő-gyermek kapcsolatának javítása
- Pedagógustovábbképzések
- Párterápia
- Szerepek a családban
- Kismama-meditáció
- Kötődésmélett
- Segítség, tanácsadás egy-egy nehezebb szituációban
- Családi minták felismerése, megtörése
- Belső "hittételek" felülvizsgálása