



Mein Angebot für Sie

Ganz gleich, wo Sie sich gerade im Ungleichgewicht befinden, ich bringe Sie wieder auf die richtige Spur.

Mein Name ist Anja Wolf und ich biete Ihnen Unterstützung in allen Lebenslagen.

Ganz gleich in welcher Lebenssituation Sie sich befinden, es gibt immer einen Weg. Denn egal welche Schwierigkeiten in unserem Leben gerade akut sind, die Kunst ist es, diese Schwierigkeiten als Wachstum und Entwicklung zu betrachten.

Sie erhalten Hilfe und Selbsthilfe auf ganzheitlicher Weise in den Bereichen:

- Umgang mit Aggressionen und Gewalt für alle Altersgruppen
- Mobbingprävention und Intervention
- Umgang mit schwierigen Lebenssituationen innerhalb einer Partnerschaft
- Antigewalttraining im 1:1 Coaching ganz individuell an Sie angepasst
- Aggressionsabbau in schwierigen Lebenslagen
- Antigewalttraining unter Auflagen (Urteil, MPU, etc.)
- Coaching bei mangelndem Selbstvertrauen für Kinder ab 4 und Erwachsenen
- ADHS Kinder- und Elterncoaching
- Selbstbehauptung und Selbstverteidigung / Eigenschutz
- Achtsamkeit und Entspannung
- u.v.m.

<http://www.antigewalt-hamburg.de/de/gewaltpraevention?pdfview=1>

Um unsere Webseite für Sie optimal zu gestalten und fortlaufend verbessern zu können, verwenden wir Cookies. Durch die weitere Nutzung der Webseite stimmen Sie der Verwendung von Cookies zu.

Weitere Informationen zu Cookies erhalten Sie in unserer [Datenschutzerklärung](#) .

Verstanden