

Hallo, ich bin Maya Rudolf

MUTWERKSTATT

Menschen stärken,
damit Familien wachsen dürfen.

53 Jahre
Mutter von drei erwachsenen Kindern
und Nani von drei Enkelkindern.

Psychosoziale Beraterin
mit eidg. Fachausweis

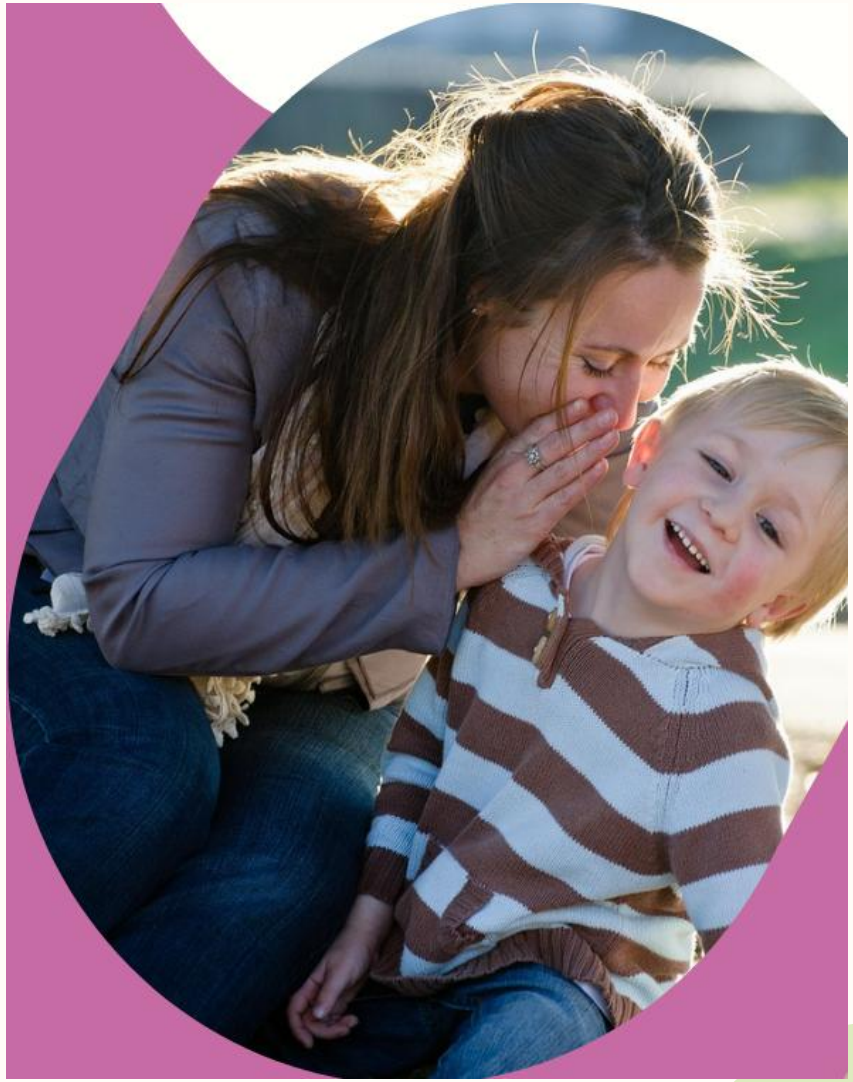
Mutwerkstatt
seit 5 Jahren
Beratung, Kurse und Elternbildung
mit Herz, Humor und Alltagstools.

Mut tut gut!

BEGLEITEN STATT ERZIEHEN

Mit Ermutigung, Herz und Humor

Was brauchen Eltern wirklich?
Noch mehr Ratschläge – oder mehr Ermutigung?



KLEINE WORTE. GROSSE WIRKUNG.

Ein Kind zieht zum ersten Mal alleine seine Schuhe an.

LOB

«Super! Du bist aber ein braves Kind!»

ERMUTIGUNG

«Du hast es ganz alleine geschafft!»

Ermutigung stärkt das Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten.

MAMI- & PAPI-SEMINARE



Sechs Themenabende voller Impulse

- Herausforderungen im Alltag
- Lob & Ermutigung
- Starke Gefühle & Sensitivität
- Die 5 Sprachen der Liebe
- Kommunikation
- Konflikte gemeinsam lösen

Austausch · Reflexion · praktische Werkzeuge

ELTERNBILDUNG, DIE IM ALLTAG ANKOMMT

VERSTEHEN

Verhalten und Bedürfnisse neu betrachten

AUSPROBIEREN

Konkrete Ideen für den Familienalltag

WACHSEN

Sicherheit, Beziehung und Leichtigkeit stärken

Für Elternvereine, Schulen und Familienorganisationen – als Seminarreihe oder als einzelne Themenabende.



Meine Angebote

Für starke Eltern – starke Kinder

Praxisnah, alltagstauglich und mit Herz.
Zum Lachen, Nachdenken und Ausprobieren.

MUTWERKSTATT

Einzelne Themenabende

Kompakt – inspirierend – praxisnah

- Gewaltfreie Kommunikation
- Umgang mit starken Gefühlen
- Die 5 Sprachen der Liebe
- Ermutigung statt Lob
- Grenzen setzen ohne Strafen
- Konflikte im Familienalltag lösen



Dauer: 2,5 Stunden

Für Einzelpersonen
pro Abend
CHF 59.–

Für Institutionen
pauschal pro Abend
CHF 690.–

6-teiliger Mami- oder Papi-Kurs

Begleiten statt Erziehen – mit Herz, Humor und Ermutigung

- Sechs aufeinander aufbauende Abende
- Praktische Übungen und alltagstaugliche Werkzeuge
- Mehr Gelassenheit im Familienalltag
- Austausch mit anderen Eltern
- Stärkung der Eltern-Kind-Beziehung



Dauer: 6 × 2,5 Stunden

Für Einzelpersonen
für den gesamten Kurs
CHF 295.–

Für Institutionen
pauschal für die gesamte Kursreihe
CHF 3’490.–

Mut tut gut!

MUT TUT GUT!

Kinder brauchen keine perfekten Eltern.
Sie brauchen Eltern, die bereit sind,
mit ihnen zu wachsen.

Maya Rudolf · Mutwerkstatt

mutwerkstatt.ch · info@mutwerkstatt.ch

077 414 97 84

