

Stark fürs Leben:

# Herzbasiertes Coaching für Jugendliche

Möchtest Du Deinem Kind die bestens Voraussetzungen für eine erfolgreiche und glückliche Zukunft bieten? In meinem herzbasierten Coaching werden durch Visualisierung der Themen und Aufbau der Ressourcen Bewältigungsstrategien entwickelt, damit sich Dein Kind den Aufgaben seines Lebens gewachsen fühlt.

## Was Dein Kind erreicht:

Dein Kind findet mit mir neue Wege, wie es mit Stress aller Art und Unsicherheiten konstruktiv und selbstbewusst umgehen kann. Ganz auf die Bedürfnisse Deines Kindes ausgerichtet, begleite ich es auf Augenhöhe mit viel Herz und wissenschaftlich fundierten Methoden. Folgende zentrale Themen stehen im Fokus:

- **Selbstbewusstsein und Selbstwertgefühl:** Ich unterstütze Dein Kind dabei, seine individuellen Talente und Fähigkeiten zu entdecken und zu nutzen. Durch positive Bestärkung und gezielte Übungen festige ich Dein Kind darin, ein positives Selbstbild und somit ein gutes Selbstwertgefühl zu entwickeln.
- **Emotionale Intelligenz und Resilienz:** Dein Kind lernt, seine eigenen Gefühle zu erkennen und zu benennen, sowie empathisch auf die Gefühle anderer einzugehen. Ich vermittele Strategien zur Bewältigung von Herausforderungen und Rückschlägen, damit Dein Kind gestärkt und optimistisch in die Zukunft blicken kann.
- **Soziale Fähigkeiten und Kommunikation:** Dein Kind lernt seinen Beitrag zu leisten, wie Konflikte konstruktiv und gewaltlos gelöst werden können. Rollenspiele und Übungen fördern die Kommunikationsfähigkeiten Deines Kindes.
- **Lernfreude und Motivation:** Ich zeige Deinem Kind Möglichkeiten auf, wie es seine innere Motivation entdecken und so seine Freude am Lernen wieder finden kann. Dein Kind lernt, sich realistische Ziele zu setzen und diese mit Motivation und Ausdauer zu verfolgen.
- **Kreativität und Problemlösungsfähigkeit:** Mit spielerischen Ansätzen fördere ich die Kreativität und das selbständige Denken Deines Kindes. Es lernt, Herausforderungen kreativ und lösungsorientiert zu lösen.



[Kontaktiere mich](#)

## Deine Coachin:

Colette Knecht

Ich bin eidgenössisch diplomierte Lehrperson und besitze einen Bachelor in Angewandter Psychologie mit den Schwerpunkten Gesundheit und Coaching. Das Begleiten, Coachen, Beraten und Fördern von unterschiedlichsten Menschen in verschiedenen Rollen lag mir in meiner rund 15 Jahre Führungstätigkeit im Bereich der Bildung stets sehr am Herzen. Seit 20 Jahren bin ich ausgebildete IBP-Coachin, psychologische Beraterin und Prozessbegleiterin (Integration von Körper, Emotionen und Kognition) und befähige Menschen mit vielen unterschiedlichen Methoden, dass sie zurück in ihre Kraft und Freude, hin in ein lebendiges, selbstbestimmtes und zufriedenes Leben finden können.

Menschen auf ihrem Entwicklungsweg hin zum körperlichen, geistigen und seelischen Wohlbefinden zu begleiten ist mein Anliegen. Meine Berufung ist es, Menschen darin zu unterstützen, in ihre volle Kraft zu finden, ihr Potenzial zu entdecken und zu entfalten. Damit sie den Weg zu ihrem Herzen, ihrer Intuition und zur inneren Stimme finden, die Beziehung zu sich selbst pflegen und nachhaltig ein selbstbestimmtes, zufriedenes und gesundes Leben führen zu können.



[Kontaktiere mich](#)

## Das Heart-Based Center

Das Heart-Based Center ist ein Gesundheitszentrum für herzbasierte medizinische und therapeutische Beratung und Begleitung. Die herzbasierte Medizin ist eine Kompetenz, die wie jedes andere Fachgebiet gelehrt, erworben und studiert werden kann. Das multiprofessionelle Team orientiert sich an der Philosophie und den Erkenntnissen der Heart-Based Medicine Foundation, die das Energiepotenzial und die Heilkraft von

Liebe und der menschenzentrierten Medizin wissenschaftlich erforscht, validiert und vermittelt. Das herzbasierte Angebot umfasst Therapie, Beratung und Coaching.



## Ich freue mich auf Dein Kind

Melde Dein Kind jetzt für ein herzbasiertes Coaching an und erfahre, wie es nachhaltige Kraft entwickelt und Fortschritte macht.

Ruf an, schreib eine E-Mail oder komm vorbei:

[Anrufen 061 555 11 11](#)

[E-Mail senden](#)

[Jetzt Termin buchen](#)

### Heart-Based Center Basel

Coaching für Jugendliche  
Güterstrasse 86  
4053 Basel, Schweiz