

3 arjen hetkeä, joissa
voit valita rakkauden





Ihanaa kun halusit tämän

pienen pdf-oppaan itsellesi ❤️ Olet nyt jo askeleen lähempänä vahvempaa vanhemmuutta ja rakkaudentäyteisempää arkea!

Arki teinin kanssa ei ole helppoa. Lisäksi kiire, stressi ja väsymys johtavat usein siihen, että oma toiminta vanhempana ei ole aina sellaista, kuin sen haluaisi olevan. Onneksi arki on kuitenkin täynnä pieniä hetkiä, jolloin voit valita ärtymyksen sijaan rakkauden.

Nyt kerron esimerkit kolmeen perheissä usein toistuviin tilanteisiin, kuinka voit toimia niissä rakastavasti.

Satu Langenberg

3 arjen hetkeä, joissa voit valita rakkauden:

1. Aamukiireet

Sen sijaan että hoputat, pysähdy ja anna halaus.

2. Teini tulee kotiin

Hymyile ja sano jotakin mukavaa hänelle.

3. Puolison toiminta ärsyttää

Muista, että rakastat häntä. Puhu hänelle rakastavasti.

Hei,

olen Satu Langenberg, Vahva Perhepalveluiden perustaja. Yritysidea; rakkauden vahvistaminen kodeissa, syntyi omien kokemusten ja työni kautta perhepalveluissa.

Koko perheen hyvinvointi ja onnellisuus alkaa kotoa. Perheen vanhemmat, erityisesti perheen äiti, voi vaikuttaa suuresti siihen millainen ilmapiiri kotona on.

Laita tämän pdf-oppaan vinkit käytäntöön niin voit huomata sen itse 😊



Haluatko lisää vinkkejä?

Jos pidit tämän oppaan ideoista, tulet rakastamaan

Vahva Perhe - valmennuksia!

Ne antavat sinulle käytännön vinkit lempeämpään

ja rakkaudentäyteisempään perhearkeen.

Lue lisää: vahvaperhe.fi
