



Über mich



Mein Name ist Anja Wolf. 1977 wurde ich in Sachsen geboren und hatte eine durch Mobbing und Gewalt geprägte Kindheit. Ich erlebte viele Jahre Aussgrenzung und kenne den schmalen Grat zwischen Hilflosigkeit und Aggressionen.

Nach einer klassischen Ausbildung war mir sehr schnell klar: Ich möchte Menschen helfen – heraus aus Überforderung und Hilflosigkeit, hin zu Handlungsfähigkeit und Leichtigkeit.

Seit mehr als 26 Jahren begleite ich Menschen, die mit Wut, Aggression oder den Folgen von Mobbing kämpfen – als Trainerin, Coach und Beraterin in Hamburg und Umgebung.

<http://www.antigewalt-hamburg.de/de/deeskalationstraining?pagePreview=1&pdfview=1&smallscreen=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