



# Resilienztraining für Kinder

Stark und selbstbewusst durch das Leben

## Was lernen die Kinder?

- Wie werde und wirke ich mutig und selbstbewusst?
- Wie kann ich Probleme selbstständig bewältigen?
- Was mache ich, wenn mir Gewalt angedroht wird?
- Wie bleibe ich bei Beleidigungen und Provokationen ruhig und entspannt?
- Wie kann ich meine Gedanken in eine gute Richtung lenken?
- Wie sage ich klar, was ich will und was ich nicht will?
- Hilfe holen, aber richtig!

## Dadurch entsteht...

- ein harmonisches Miteinander
- respektvoller Umgang
- weniger Stress
- mehr Energie durch weniger Konflikte
- mehr Leichtigkeit im Alltag durch den Fokus auf das Gute im Leben



Nach dem erfolgreichem  
Konzept von  
"STARK auch ohne Muckis"

"Ich möchte Kinder mental stärken, damit sie ein glückliches und selbstbestimmtes Leben führen können.

Mit Leichtigkeit und Spaß lernen sie, für sich einzustehen und dabei gerecht zu handeln."



*Christine Warkentin*

## MEIN ANGEBOT

- Kurse für Kitas, Schulen und Vereine
- offene Kurse für Privatpersonen
- Elternabende

FÜR KINDER  
VON 5-11 JAHREN

Kontakt  
&  
Infos

Christine Warkentin

Selbstbehauptungs- und Resilienztrainerin

christine\_warkentin@yahoo.de

0176 / 71 20 8556

📷 christine.mut\_ich