Kursangebot

- Selbstbehauptungskurse
- Seminare & Schulungen für Kinder und Erwachsene
- Coaching für alle Schularten
- Erzieher-und Pädagogenfortbildungen
- Elternvorträge, Elternabend
- Online-Kurse

alexa@knuettel.org

+49 177 340 75 49

Laut einer aktuellen Studie leidet jedes 3. Kind unter Mobbing und jedes 2. Kind unter starkem Stress und das schon in der Grundschule.

Das muss dringend geändert werden.

Mit KinderHerzKraftwerk:

Mehr Sicherheit und Verständnis im Alltag

Mehr Respekt und somit ein höheres Wohlbefinden

Mehr Zielstrebigkeit

Mehr Klarheit, für eine erfüllte und glückliche Zukunft

KinderHerzKraftwerk

Kinder- Jugend- Familien- und Pädagogen-Coaching aus Mannheim

Kinder

In meinen Kursen gebe ich Kindern Techniken an die Hand, wie sie selbstbewusst und gestärkt auch in schwierigen Situationen reagieren können.
Sie erkennen was gut oder schlecht für sie ist.

Stark! Ich kann das!

Persönlichkeitstraining für Teens von 12 bis 16 Jahren

In diesem Training gebe ich den Teenagern Techniken an die Hand, wie sie Emotionen und Konflikte besser verstehen und steuern können. Sie lernen Ziele zu setzen und diese durchzu-ziehen.

Erzieher & Pädagogen

Fortbildungen im Rhein-Neckar-Delta mit individuell auf Ihre Bedürfnisse abgestimmte Themen.
Für einen entspannten Alltag in Ihrer Einrich-tung.

Eltern

Ohne die elterliche Unterstützung wird ein Training oder Coaching wenig nachhaltig sein. Deshalb arbeite ich gerne mit Eltern zusammen, um den Erfolg auch für die Zukunft zu sichern.

Hallo, ich bin Alexa Knüttel und Herz-mama eines dreijährigen Buben, bin verheiratet und komme aus der Quadratestadt Mannheim.
Was gibt es Schöneres als selbstbewusste und selbstsichere Kinder, die ihre Flügel voll entfalten können und zu einem glücklichen Erwachsenen heranwachsen?
Auf diesem Weg möchte ich die Kinder begleiten und ihre Herzen von innen heraus stärken. Ich gebe ihnen wichtige Techniken an die Hand, mit denen sie auch in turbulenten Zeiten, mit Leichtigkeit ihr Leben nach ihren Wünschen gestalten können.
Sobald Kinder erkennen, dass sie mit Mut, Flexibilität und Willensstärke durch den Alltag gehen können, wird ihr Leben kraftvoll und wunderbar.
Bei mir im KinderHerzKraftwerk lernen Kinder NEIN zu sagen, wenn andere ihnen zu nahe treten. Sie lernen auch die Kraft kennen, wenn sie JA zu sich selbst sagen, zu dem Menschen der sie sind und zu ihrer Einzigartigkeit.