

RESILIENZTRAININGS
KINDER- & JUGENDCOACHING
REFLEXINTEGRATION



LÖWENSTARK DURCHS LEBEN zu gehen bedeutet für Dich und Dein Kind:



MEHR SELBSTSICHERHEIT IM ALLTAG

Durch klare Kommunikation und ein sicheres Auftreten



MEHR RESILIENZ

Stark gegen:

Beleidigungen & Provokationen

Wegnahme von Dingen & Gewaltandrohungen



MEHR SELBSTBEWUSSTSEIN & KLARHEIT

Vertrauen der eigenen Gefühle

Grenzen erkennen und setzen



MEHR RESPEKT UND EMPATHIE

Sich selbst und anderen gegenüber



MEHR AUSDAUER & ZIELSTREBIGKEIT

Dranbleiben, auch wenn`s mal anstrengend wird

u.v.m.

**Jedes Kind hat es verdient,
die beste Version seiner selbst zu sein.**



Inhalte des ResilienzTrainings:

- **Wie löse ich Konfliktsituationen selbstsicher und gewaltfrei?**
- **Wie werde und wirke ich mutig und selbstsicher?**
- **Wie reagiere ich bei Beleidigungen und Provokationen richtig?**
- **Was mache ich, wenn mir jemand meine Sachen wegnimmt oder mich festhält?**
- **Was mache ich, wenn mir jemand Gewalt androht?**
- **Wie kommuniziere ich klar und verständlich?**
- **Was sind Gefühle und warum sind sie wichtig?**
- **Die Macht unserer Gedanken!**



RIT[®] Kids

REFLEXINTEGRATION



mimi
CULPIN
Coaching & Training



v.l.: Sandra Knoch, Verena Voss, Meike Scharnagl, Mimi Culpin

