

Training für Kinder zum Thema Selbstbehauptung und Resilienz



*Ich bin nicht perfekt
und das ist gut so.
Ich gebe mein Bestes
und mag mich!*



Alle Kinder sind Helden!

Unabhängig davon, welche Rolle sie in einer Gruppendynamik einnehmen.

Liebe Eltern,

resiliente Kinder sind selbstbewusst, widerstandsfähig und können angemessen auf Situationen reagieren. Sie sorgen gut für sich und verlieren dabei das Gegenüber nicht aus den Augen.

In meinem Training biete ich den Kindern mit viel Interaktion und Spaß einfache und gut umsetzbare Strategien im Umgang mit:

- Konfliktsituationen
- Wie gehe ich mit Meinungen und Beleidigungen um?
- Gefühle erkennen und einordnen
- Eigene Grenzen wahrnehmen

- Wertschätzendes Miteinander
- Verantwortung übernehmen
- Hilfe holen, aber richtig

Ich wünsche mir für unsere Helden eine glückliche Kindheit und, dass sie ihren Fokus auf die guten Dinge in ihrem Leben richten. Dafür brauchen sie Selbstvertrauen und Widerstandsfähigkeit, denn nur so wird sich in der Gruppe nachhaltig etwas verändern.

Sandra Stark



Kein Mensch braucht Coaching



Wir brauchen:
Wasser zum Trinken
und Nahrung zum Essen.
Ein Dach über dem Kopf.
Für unser seelisches Wohlbefinden
Kontakt zu Menschen.
Bewegung um körperlich & geistig
fit zu bleiben.
Das sind Dinge, die wir zum Leben
brauchen.

Coaching brauchen wir nicht!
Jedoch kann uns Coaching das geben,
was uns im Leben weiterbringt:
Klarheit & Sicherheit über
persönliche Wünsche & Ziele,
Perspektivenwechsel und eigene
Lösungen.



KINDER-, JUGEND- & FAMILIENCOACHING



Über mich:

Authentisch.

Herzlich.

Ehrlich.

Witzig.

Kinder-, Jugend- & Familiencoach

Trainerin für Selbstbehauptung & Resilienz für Kinder

Ich bin für dich da!
Melde dich gerne zu einem kostenlosen Erstgespräch.



0170-2464305



helden@sandra-stark.de



sandra-stark-helden.de

Was brauchen Menschen, um glücklich durchs Leben zu gehen?
Beschäftigt dich diese Frage?
Du kommst hier nicht weiter?

Du brauchst Unterstützung bei....

- Persönlichkeitsentwicklung
- Ängste (Trennung, Schule)
- Schulthemen aller Art
- mehr Familienharmonie (Struktur & Regeln)
- Mobbing / keine Freunde
- Kinder mit ADS/ADHS
- Pubertät
- Glaubenssätze / Blockaden lösen
- TV / Handy / PC- Konsum
- Mutter / Vater Konflikte
- Überforderung / Verunsicherung
- Erschöpfung/ Antriebslosigkeit
- negative Emotionen
- Wunsch nach Veränderung

