

Empowerment & Selbstbehauptung für Kinder



Meine Name ist Gerret, ich bin 39 Jahre, verheiratet und habe zwei tolle Söhne. Mit viel Leidenschaft engagiere ich mich als Selbstbehauptungstrainer und Potentialentfalter.

Kinder- und Jugendliche dabei zu stärken, bessere Lösungen für die Herausforderungen des Lebens zu finden, bereitet mir große Freude. Mit viel Leichtigkeit, Fantasie und spannenden Handlungsstrategien gehe ich dabei individuell auf die Teilnehmer des Trainings ein. Neben Gruppenübungen gibt es Einzelübungen, die jedem Wachstum ermöglichen, sodass viele Kinder regelmäßig über sich hinaus wachsen. Mit meiner Arbeit möchte ich einen Beitrag leisten, dass Kinder ein selbstbestimmtes und gelingendes Leben für sich erschaffen können.

Mein Angebot:

- ★ Selbstbehauptungstrainings in Grundschulen & Kitas
- ★ Einzelcoaching
- ★ Elternvorträge

Kontakt & mehr Infos:

Gerret Rickmers
Quickbornerstrasse 77a
25494 Borstel-Hohenraden
Telefon: +49 174 18 10 754
E-Mail: gerretrickmers@gmail.com



GERRET RICKMERS

EMPOWERMENT FÜR FAMILIEN

Scan me



Das haben die Kids davon



- ★ Mehr Sicherheit im Alltag
- ★ Mehr Zielstrebigkeit
- ★ Mehr Respekt und somit ein höheres Wohlbefinden
- ★ Mehr Klarheit für eine gesunde Zukunft

Ziele der Kurse

- o Vertrauen auf Gefühle und Auseinandersetzung mit deren Bedeutung
- o Grenzen kommunikativ und gewaltfrei zu setzen
- o Ihnen gesetzte Grenzen bewusster zu respektieren
- o Ihre Wirkung auf andere zu erkennen und bei Bedarf zu verändern
- o Gefährliche Situationen früh zu erkennen, um bestmöglich zu reagieren
- o Eigene Bedürfnisse erkennen und danach handeln
- o Mehr Empathie entwickeln, durch Anteilnahme anderer Gefühle

TESTIMONIALS DER KINDER

Danke
für die
Kurse.

Ich fands
COOL

Super TOLL

Es war
sehr schön