



RESILINO

Resilienztraining für Kinder

Was Kinder bei Resilino lernen

-  **Emotionale Regulationskompetenz**
Gefühle erkennen, benennen und konstruktiv damit umgehen
-  **Selbstwirksamkeit & Selbstvertrauen**
Erfahren, dass das eigene Handeln etwas bewirkt
-  **Konfliktlösungskompetenz**
Konflikte eigenständig und respektvoll lösen
-  **Kommunikations- und Ausdrucksfähigkeit**
Klar und deutlich sagen, was man will und was nicht
-  **Grenzsetzung & Selbstbehauptung**
Eigene Grenzen erkennen, setzen und verteidigen
-  **Frustrationstoleranz**
Mit Rückschlägen umgehen und an Herausforderungen wachsen



Alexander Schecher

Kinderresilienztrainer

resilino.de

Angebote

Für Kitas

Spielerische Resilienzeinheiten für Kindergruppen im Kita-Alltag. Regelmäßige Kurse oder Projektstage möglich.

Für Schulen

Workshops und Projektwochen für Grundschulen. Passend integrierbar in den Schulalltag und Ganzttag.

Für Eltern

Elternabende und Seminare rund um Kinderresilienz. Praktische Tipps für den Familienalltag.

Über mich

Ich bin Alexander Schecher, Kinderresilienztrainer und Business Trainer. Ich helfe Kindern spielerisch, ihre innere Stärke zu entdecken und Herausforderungen mit Mut und Selbstvertrauen zu begegnen.

*„Starke Kinder brauchen keine perfekte Welt.
Sie brauchen Erwachsene, die an sie glauben.“*

Kontakt

Alexander Schecher

Kinderresilienztrainer

resilino.de

alexander.schecher@gmail.com

