



# Selbstbehauptungs- und Resilienz-Training

*Kinder werden zu Helden ihrer Zukunft!*



## Probleme der heutigen Zeit:

**Kinder** leiden unter Mobbing, fühlen sich gestresst und geben an, emotionale Probleme zu haben.

**Eltern** liegen durch Streitereien mit den Kindern die Nerven blank oder sie machen sich über deren fehlendes Selbstwertgefühl Sorgen.

**Lehrkräfte** sind emotional erschöpft und kämpfen mit der psychischen & physischen Gewalt unter Schulkindern.



## Mein Angebot:

- Mobbing-Prävention, Selbstbehauptungs- und Resilienz-Training für Kinder in Schulen, Vereinen und offenen Kursen
- Vorträge und Workshops für Eltern und Pädagogen



Mein Name ist *Elvira Schmittfull*,  
und ich habe zwei Jungs - einer in der  
Grundschule und einer in der weiter-  
führenden Schule. Ich bin studierte  
Wirtschaftswissenschaftlerin und  
Trainerin für Selbstbehauptung,  
Resilienz und Mobbing-Prävention.

### **Das haben die Kinder vom Training:**

- Selbstbewusstes und mutiges Auftreten.
- Konfliktsituationen gewaltfrei lösen und schwierige Situationen meistern.
- Gesteigertes Selbstwertgefühl sowie Leichtigkeit und Gelassenheit im Leben.

### **Das haben Eltern davon:**

- Harmonischeres Familienleben.
- Weniger Stress im Familienalltag.
- Mehr Sicherheit für das eigene Kind.
- Ruhigere Nächte.

### **Das haben Lehrer davon:**

- Mehr Ruhephasen in den Pausen.
- Ruhigere Unterrichtseinheiten.
- Verbessertes Gruppengefühl der Schüler und Schülerinnen.

**Mehr Informationen unter**  
**[info@superhelden-der-zukunft.de](mailto:info@superhelden-der-zukunft.de)**

**SUPERHELDEN**  
der Zukunft

Werde zum Helden deines Lebens!