



Resilienz...

bezeichnet die Fähigkeit eines Menschen, schwierige Lebensumstände, Stress und Krisen zu bewältigen und gestärkt aus ihnen hervorzugehen.

Resilienz ist innere Stärke und sowohl angeboren als auch erlernbar.

Ich stärke Kinder darin, diese Fähigkeit zu entwickeln.



Kristina Wenzel

RESILIENZ UND LEBENSKOMPETENZ
FÜR KINDER



0172 5221892



INFO@KRISTINAWENZEL.DE



WWW.KRISTINAWENZEL.DE



KRISTINA.WENZEL.RESILIENZ



Mein Angebot

- ✓ Kurse in Kitas
- ✓ Kurse in Schulen (1.-4. Klasse)
- ✓ offene Kursangebote für Kinder (5-12 Jahre)
- ✓ Elternabende zur nachhaltigen Begleitung
- ✓ Workshops für Vereine



Pfitzingen 58
97996 Niederstetten

**STARKE KINDER.
STARKE ZUKUNFT.**

Resilienz und Lebenskompetenztraining
für Kinder nach dem Konzept von
STARK AUCH OHNE MUCKIS®



Kristina Wenzel



Kinder stark machen
für mehr Leichtigkeit,
Selbstvertrauen und
Mut im Leben!



Für Eltern

- ✓ Mehr Leichtigkeit im Familienalltag
- ✓ Mehr Sicherheit für Euch und Euer Kind im Umgang mit Konflikten
- ✓ Herausforderungen des Lebens meistern
- ✓ Klare und zielgeführte Kommunikation
- ✓ Mehr Harmonie und weniger Stress

Für Kitas und Schulen

- ✓ Mehr Sicherheit in Mobbing- und Konfliktsituationen
- ✓ Selbstsichere Kommunikation
- ✓ Entlastung der Erzieher, Lehrer, Pädagogen durch einen harmonischen Umgang der Kinder untereinander
- ✓ Mehr Zeit für Lehrinhalte durch weniger Streitigkeiten

Das lernen die Kinder im Training:

- ✓ wie sie Konflikte durch verschiedene Strategien selbstständig lösen können
- ✓ auf Beleidigungen gelassen zu reagieren
- ✓ respektvoll miteinander umzugehen
- ✓ selbstbewusst und empathisch zu handeln
- ✓ mit ihren Gefühlen umzugehen
- ✓ ihre Gedanken in eine positive Richtung zu lenken
- ✓ eigene Stärken erkennen und Grenzen setzen
- ✓ mehr Ausdauer und Zielstrebigkeit, auch wenn es mal schwer fällt

Wer bin ich?

Ich bin Kristina, Mama einer wundervollen Tochter und zertifizierte Resilienz- & Lebenskompetenz-Trainerin, ausgebildet von STARK AUCH OHNE MUCKIS® – dem führenden Institut für Mobbingprävention und Kinderstärkung.

Ich begleite Kinder dabei, ihre innere Stärke zu entdecken und zu entfalten, sodass sie mit Selbstvertrauen, Mut und Lebensfreude durchs Leben gehen. In meinen Trainings vermittele ich einfache und alltagstaugliche Werkzeuge, die Kindern helfen, für sich einzustehen, ihre Gefühle besser zu verstehen und Herausforderungen gelassen zu meistern. Dabei stehen Spaß, Bewegung und eine wertschätzende Atmosphäre stets im Mittelpunkt.

Und das Ganze
mit viel Bewegung,
Spaß und
Leichtigkeit.

