

Was Kinder lernen

Die Kinder lernen durch leicht umsetzbare Strategien den selbstsicheren Umgang mit den fünf Hauptkonflikten:

- Beleidigungen
- Provokationen
- Wegnehmen, Wegwerfen
- ungewolltes Anpacken oder Festhalten
- Androhung von Gewalt

Die Kinder lernen außerdem:

- Mehr Klarheit in ihre Kommunikation zu bekommen.
- Ihre Gedanken in eine gute Richtung zu lenken und auch Dinge, die ihnen schwerfallen, mit hoher Energie zu meistern.
- Ihre Gefühle sowie die der Mitmenschen zu erkennen und einzuordnen.
- Aus der Opfer- bzw. Täterrolle zu kommen.

„TRAININGS GEBEN HEISST, DEN KINDERN LUST
AUF DAS ENTDECKEN ZU MACHEN!“

Vorteile für Pädagog*innen und Eltern

- weniger Konflikte
- ruhigere und entspanntere Atmosphäre
- respektvolleres Miteinander
- mehr Freude und Leichtigkeit
- Tools für eine nachhaltige und eigenverantwortliche Konfliktlösung



Schulkurs in Aktion

SELBSTBEHAUPTUNGS-UND RESILIENZTRAINING

Mehr Infos & Buchung unter:

KURSE FÜR

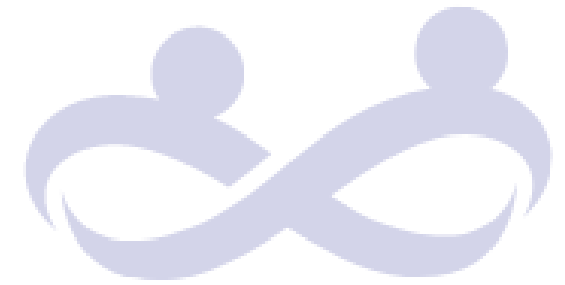
- KITAS (VORSCHULKINDER),
GRUNDSCHULKINDER
- MITTELSTUFE UND OBERSTUFE
- VEREINE
- OFFENE KURSE FÜR KINDER
- WORKSHOPS / VORTRÄGE FÜR ELTERN UND
PÄDAGOG*INNEN
- ELTERN-KIND-KURSE

Alexandra Baumann

Hummeltal

Mobil: + 49 160 766 20 26

E-Mail: hallo@alexandra-baumann.de



ALEXANDRA BAUMANN
STARKE KINDER.STARKE ZUKUNFT.

SELBSTBEHAUPTUNGS- UND RESILIENZTRAINING*

Kinder lernen Konflikte selbstsicher und friedlich zu lösen,
so dass sie stark und mental stabil in ihre Zukunft gehen können



*NACH DEM KONZEPT VON STARK AUCH OHNE MUCKIS

DER STURM WIRD



STÄRKER. MACHT NICHTS.

PIPPI LANGSTRUMPF

ICH AUCH.

Meine Vision ist es, eine Kultur des Miteinanders zu schaffen, in der jedes einzelne Kind eigenverantwortlich für sich und andere einsteht.

Ich fördere das Selbstvertrauen von Kindern und ermutige sie, an sich und ihre Fähigkeiten zu glauben.

Durch spielerische Methoden gebe ich ihnen einfache Werkzeuge an die Hand, um ein selbstbestimmtes Leben zu führen, in dem der respektvolle Umgang miteinander und die Eigenermächtigung im Mittelpunkt steht.

Alexandra Baumann

SELBSTBEHAUPTUNGS-UND RESILIENZTRAINERIN



Warum Resilienztraining

Jedes 3. Kind in Deutschland macht negative Erfahrung mit Mobbing und überfordernden Konfliktsituationen im Alltag. 45 % aller Kinder leiden unter Stress.

Die Folgen wie
Schlafstörungen
Angstzustände
geringer Selbstwert
fehlende Selbstliebe
und vieles mehr

schreiben wir eher Erwachsenen zu.

Die Grundsteine hierfür werden jedoch in der Kindheit gelegt.

**„WENN FRIEDEN HERRSCHEN SOLL, MÜSSEN
WIR ALLE BEGINNEN, FRIEDLICHER UND
WOHLWOLLENDER ZU SEIN – AUCH UND VOR
ALLEM MIT UNS SELBST.“ (DANIEL DUDDEK).**

Um Mobbing aus unserer Gesellschaft zu eliminieren, müssen wir lernen uns selbst und andere zu respektieren und zu lieben.



„Das waren die besten Tage ever!!“, **Johanna (7 Jahre)**

“Alexandra ist sehr individuell auf unsere verschiedensten Kinder eingegangen und durch das sehr gute, kurzweilige Training konnten die Kinder neue Erfahrungen machen. Super- bestes Coaching seit langem!!”

**Klassenleitung Grundschule , Montessori-Schule
Bayreuth**