



Resilienz Training

Description



Kristin Bär und Christine Pfeuffer

Resilienztraining für Kinder im MGH

Im MGH-Langenhagen findet an verschiedenen **Samstagen, 13.04.; 25.5.; 15.6.; 2024** in der Zeit von 09.00 bis 13.00Uhr ein Resilienztraining für Kinder statt. Das Angebot richtet sich an Kinder zwischen 6 und 11 Jahren und wird von Frau Kristin Bär geleitet.

Frau Bär arbeitet als Sozialpädagogische Assistentin und ist Selbstbehauptung- und Resilienztrainerin, ausgebildet vom TÜV zertifizierten Ausbildungsinstitut von „Stark auch ohne Muckis“.

In dem Training werden Strategien erlernt, um Konflikte eigenständig und gewaltfrei zu lösen, u.a. Gefühle und Bedürfnisse wahrzunehmen und eigene Grenzen zu erkennen. Ferner werden Einblicke

gewährt, welche Macht Gedanken haben und wie diese ins Positive gelenkt werden können.

Laut einer Studie leidet jedes 3. Kind in Deutschland unter Mobbing, jedes 2. Kind leidet unter Stress. Für Frau Bär ist es wichtig, gemeinsam mit den Eltern die Kinder zu unterstützen, damit sie gestärkt aus solchen Situationen hervorgehen. Die Eltern bekommen derzeit ein Handout mit allen wichtigen Informationen für Zuhause mit. Die Kosten für das Training betragen 59,00€ pro Kind.

Weitere Informationen erhalten Sie im MGH-Frau Pfeuffer unter Tele: 721135.

default watermark