

- Mobbing nicht an sich heranzulassen
- Mehr Innere Stärke, Selbstwert und Selbstliebe
- Tipps und Tricks im Umgang mit Beleidigung, Ausgrenzung, Auslachen



Ort: *Fortbildungszentrum für medizinische Berufe und Verein für Gesundheitsvorsorge*
 Waaggasse 18, 9020 Klagenfurt
 (Nähe City Arkaden)

Anmeldung & Infos unter:
www.fbz-klagenfurt.at
 Tel.: +43 (0)463 / 55 141

Ich freu mich auf Dich!

Termin:

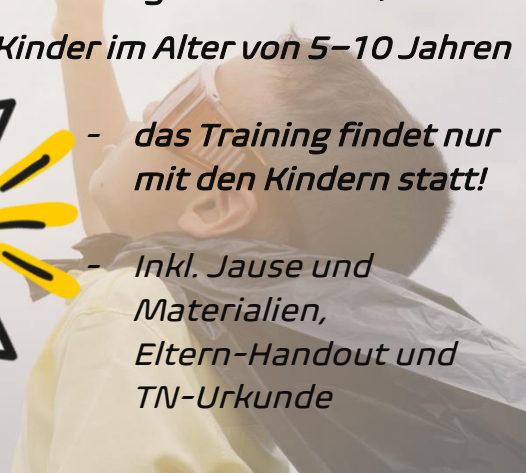
Freitag 07. 04 2023

09:30 – ca. 12:00 Uhr
 (Karfreitag - Osterferien)

Kinder im Alter von 5-10 Jahren



- *das Training findet nur mit den Kindern statt!*
- *Inkl. Jause und Materialien, Eltern-Handout und TN-Urkunde*



Selbstbehauptungs- und Resilienztraining für Vor - und Volksschulkinder

mit Katja



Wer wünscht sich nicht ein selbstbewusstes Kind, das zuversichtlich und stark in die Zukunft geht und sich nicht von jedem „Lüftchen“ umwehen lässt?

Laut OECD-Bericht erfahren in keinem anderen europäischen Land mehr Kinder üble Mobbing Erfahrungen als in Österreich.

In Katjas Training bekommen Ihre Kinder einen „Werkzeugkoffer“, der ihnen dabei hilft:

- Anderen selbstsicherer zu begegnen (sie lernen eine mutige Körperhaltung ein)
- Klar und deutlich zu sagen, was sie wollen (ich sage meine Meinung und stehe dazu)
- Auf ihre Gefühle zu hören – denn sie zeigen ihnen den Weg wie ein Kompass (jedes Gefühl ist erlaubt, jedoch nicht jede Handlung dazu)
- Sich nicht alles, was andere über sie sagen zu Herzen zu nehmen – denn es ist nur eine Meinung (eine Meinung ist nicht immer richtig und daher auch nicht wichtig)
- Zu erkennen, was hinter Beleidigungen und Co steckt (sie lernen sich in Empathie zu üben)
- Methoden anzuwenden, die Ausgrenzung, Auslachen und Mobbing verdrängt (beziehungsweise nicht mehr fühlen lässt, denn Mobbing ist ein individuell gefühlter Prozess).



Kurz gesagt, Ihre Kinder lernen
„**STARK ZU SEIN AUCH OHNE MUCKIS!**“

Katja Winkler - Selbstbehauptungs- & Resilienztrainerin für Kinder