

CAPTAIN „ICH“ - Selbstbehauptungskurse

Liebe Eltern,

endlich gibt es für mich wieder die Möglichkeit, Ihre Kinder im Präsenztraining zu stärken. Meine Selbstbehauptungskurse finden im **Familienzentrum – Düsseler Tor** statt.

Ihre Kinder erhalten Strategien, mit denen sie sofort Konflikten wie Beleidigungen, Ärgern, Schubsen, Wegnahme von Gegenständen, Festhalten und Ausgrenzungen, gewaltfrei aus dem Weg gehen werden. Die Kommunikation, um klar eigene Grenzen zu setzen, wird spielerisch gefördert. Die innere Stärkung wird durch Stimmtraining, Konzentrations-, Koordinations- und Entspannungsübungen zusätzlich gefördert. Sie lernen im Falle von Gewaltandrohungen und Gefahren, richtig Hilfe zu holen.

Folgende Termine stehen zur Verfügung.
(pro Gruppe max. 15 Kinder)

- 1. Kurs für Kinder von 7 – 9 Jahren: dienstags 07.12. und 14.12.21 jeweils von 15:30 – 17:30 Uhr**
- 2. Kurs für Kinder von 5 – 7 Jahren: freitags 10.12. und 17.12.21 jeweils von 15:30 – 17:30 Uhr**

Im Anschluss an jeden Kurs erhalten Sie noch Informationen und Material zu den Inhalten, damit auch Sie als Eltern sicher im Umgang mit Konflikten werden und Ihre Kinder auch nach dem Training noch nachhaltig unterstützen können.

Anmeldungen bitte über das Familienzentrum

Das haben Ihre Kinder und Sie als Eltern von meinem Kursangebot

Mehr Sicherheit im Schulalltag

Ihre Kinder werden durch das Training selbstsicherer in ihrer Kommunikation und ihrem Auftreten, sodass sie als Eltern sicher sein können, dass Ihre Kinder auch mit schwierigen Situationen gut umgehen können. Das wird sich positiv auf den Alltag, aber vor allem auch auf den weiteren Lebensweg Ihrer Kinder auswirken.

Gefahren einschätzen lernen

Durch Rollenspiele lernen die Kinder Gefahren richtig einzuschätzen und an wen sie sich, im Falle von Gefahr und Gewaltandrohungen, wenden können. Hier liegt mein Fokus im Kommunikationsbereich. Ich achte genau auf die Art und Weise, wie sich die Kinder im Falle von Gewaltandrohungen und Gefahren mitteilen würden und verbessere, wenn nötig, die Kommunikationsstrategie.

Harmonie im Familienalltag

Durch gezielte Übungen werden die Konzentration, die Koordination und auch die Möglichkeit zur Entspannung gefördert. Dies ermöglicht leichteres Lernen, Spaß am Lernen und Eltern können mit diesen Übungen auch zu Hause die Kinder vom Hausaufgabenstress ablenken, Alternativen anbieten und die Kinder aus Stresssituationen herausholen. Dadurch entsteht mehr Harmonie im Familienalltag und ein respektvoller Umgang miteinander. In den Kursen lernen die Kinder zielstrebig zu sein, über sich hinauszuwachsen und auch die Dinge mit Freude zu tun, die anstrengend oder schwierig sind. Dies sind Voraussetzungen für ein erfülltes Leben...

Werde CAPTAIN über Dein „ICH“ - werde zu CAPTAIN „ICH“

Liebe Grüße, Katja Engelman