

Kinder zum Strahlen bringen

Als Mama von zwei wunderbaren Kindern ist mir auf meinem eigenen Eltern-Weg klar geworden, wie entscheidend es ist, dass Kinder von Anfang an lernen, ihre Gefühle und Bedürfnisse zu verstehen und ihre eigenen Grenzen zu setzen. Vielen Erwachsenen fehlen diese Fähigkeiten, da sie selbst in ihrer Kindheit nicht darauf vorbereitet wurden. Deshalb ist es meine Herzensmission, den Kindern von heute diese essenziellen Lebenskompetenzen zu vermitteln. Dieses Selbstbewusstsein schafft nicht nur eine tiefe Verbindung zu sich selbst, sondern ebnet auch den Weg für mehr Verbindung untereinander.

Ich schenke den Kindern ein positives Mindset, damit sie wissen "Ich bin gut so wie ich bin und ich bin ein Geschenk für die Welt".

In meinen Kursen steht Selbstbehauptung, Resilienz, Empathie und ein positives Mindset im Mittelpunkt. Diese Schlüsselfähigkeiten sind der Wegweiser, um nicht nur stark und resilient durchs Leben zu gehen, sondern auch eine Gesellschaft zu formen, die von Liebe und Achtsamkeit geprägt ist.



Viola Lange

Selbstbehauptungs- und Resilienztrainerin
nach dem Konzept von Stark auch ohne Muckis

✉ info@loewenstarkekinderherzen.de

☎ 0176/20651410

📷 [loewenstarke.kinderherzen](https://www.instagram.com/loewenstarke.kinderherzen)

🌐 www.loewenstarkekinderherzen.de



Scan me



LÖWENSTARKE KINDERHERZEN

Selbstbehauptungs- und Resilienztraining für Kinder





STARK
GEGEN MOBBING,
RESILIENT IM LEBEN

Das lernen Kinder bei mir

In meinem Training lernen Kinder praxisorientierte Strategien um mit alltäglichen Konfliktsituationen umzugehen und bewusst den Fokus auf die positiven Seiten des Lebens zu lenken. Konkret bedeutet dies:

- Strategien für den Umgang mit Beleidigungen
- Gewaltfrei mit klarer Kommunikation Grenzen zu setzen
- Respektvoller & achtsamer Umgang mit sich und anderen
- Gefühle & Bedürfnisse wahrzunehmen
- Sich von negativen Dingen abzuwenden
- Gefährliche Situationen richtig einzuschätzen
- Stark & selbstbewusst zu sein
- Fokus auf das Gute im Leben zu richten

Du kannst nicht ändern, wie andere Menschen dich behandeln oder was sie über dich sagen. Alles, was du verändern kannst, ist deine Reaktion darauf.



Das biete ich

Selbstbehauptungs- und Resilienztraining in Kitas, Grundschulen und offenen Kursen

Vorteile für Schulen, Kinder und Familien

Die Kinder werden selbstsicherer in Ihrer Kommunikation und lernen ihre Konflikte in der Klasse und auf dem Schulhof selbst zu lösen. Dadurch werden LehrerInnen entlastet – der Unterricht kann sowohl entspannter als auch effektiver stattfinden.

Vorteile für Kindergärten, Kinder und Familien

Eine ideale Vorbereitung für einen erfolgreichen Schulstart ihrer Vorschulkinder und mehr Harmonie in der Gruppe.

- **Kurse in Kitas und Schulen und als offenes Kurskonzept**
- **Pädagogenfortbildungen**
- **Elternabende**
- **Themenworkshops**