

NÄCHSTE KURSREIHE:
14.03., 21.03. & 29.03.
Hotel Vier Jahreszeiten
Starnberg

INNERE BALANCE

Selbstbewusst durch Selbsterkenntnis

Gemacht für Eltern und Kinder, denen wichtig ist, dass ...

- ... Kinder ausgeglichen ihren Lebensalltag meistern.
- ... Kinder wissen, wer sie sind und somit eigenständig entscheiden können, was ihnen gut tut.
- ... sich Kinder ihrer Stärken, Potentiale, Bedürfnisse und Gefühle bewusst sind und diese konstruktiv kommunizieren können.
- ... Kinder einen achtsamen Umgang mit sich selbst und anderen erlernen.
- ... Kinder spielerisch Techniken erlernen, um in Stresssituationen Ruhe zu bewahren.
- ... Kinder lernen, konstruktiv mit Rückschlägen umzugehen.

NÄCHSTE KURSREIHE:

14.03., 21.03. & 29.03.

Hotel Vier Jahreszeiten

Starnberg

INNERE BALANCE

Selbstbewusst durch Selbsterkenntnis

ORGANISATION

Kursreihe

- Die Kursreihe findet am 14.03., 21.03. & 29.03. im Hotel Vier Jahreszeiten Starnberg von 12:00-17:00 Uhr statt.

Elterngespräch

- Im Anschluss an den Kurstag laden wir Sie zu einem Austausch ein und bitten diesbezüglich zu einem Noblesse-Cordiale Umtrunk in das Hotel Vier Jahreszeiten.

Anmeldung

- Für Anmeldung und Nachfragen schicken Sie bitte eine Mail an:

si.prahmann@noblesse-cordiale.com

INHALTE

- So sehe ich mich, so sehen mich andere
- Selbstbewusstsein aus eigenen Stärken und Anteilen ziehen
- Ruhe bewahren durch Atem- und Gedankenkontrolle
- Mit Rückschlägen konstruktiv umgehen durch das Ergreifen von Lernchancen
- Erleben der eigenen Selbstwirksamkeit in Rollenspielen

ROLLENSPIELE

- „Energiefass: Was an mir gibt mir Kraft?“
- „Mein inneres Team“
- „Rückschläge zu Ritterschlägen machen“

