



“Angst beginnt im  
Kopf.  
Mut auch.”

Es wird Zeit für mehr  
MUTausbrüche.

# SELBSTBEHAUPTUNGS- UND RESILIENZTRAINING FÜR KINDER

nach dem Konzept von  
“Stark auch ohne Muckis”



“Unser Leben steckt voller  
Herausforderungen –  
egal, ob jung oder alt.  
Darum sollten wir unseren  
Kindern früh genug die  
richtigen  
Strategien an die Hand geben,  
mit denen sie sich einen  
Grundstein für ein glückliches  
und erfolgreiches Leben  
setzen können.”



# DAS LERNEN DIE KINDER IN MEINEN KURSEN

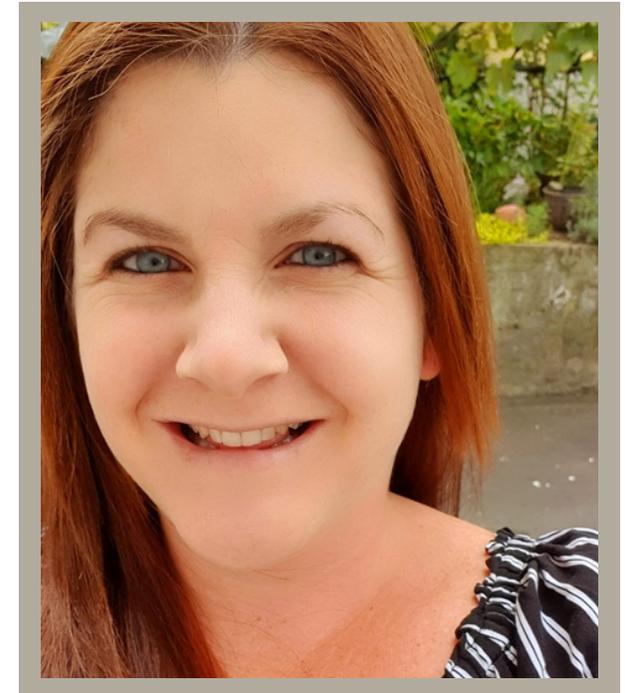
---

-  Bei Beleidigungen und Provokationen ruhig und entspannt bleiben
-  Strategien im Umgang mit Mobbing und Ausgrenzung
-  Selbstsicheres Auftreten und Kommunizieren
-  Selbstständiges und gewaltfreies Lösen von Konflikten
-  Hilfe holen, "aber richtig"
-  Achtsamer und respektvoller Umgang mit sich Selbst und Anderen
-  Wahrnehmung und richtiger Umgang mit eigenen Gefühlen und Bedürfnissen
-  An sich Selbst und seine Fähigkeiten glauben
-  Sich auf das Gute im Leben konzentrieren
-  Und noch vieles mehr ...

# MEIN ANGEBOT

---

- Selbstbehauptungs- und Resilienztrainings in Kindergärten und Grundschulen
- Selbstbehauptungs- und Resilienztrainings in Form von offenen Kursen für Kinder von 5-11 Jahren (Ort und Termine werden auf der Website veröffentlicht)
- Coaching für Eltern, die sich einen liebevolleren und leichteren Familienalltag wünschen (online möglich)
- Coaching für Mamas, die Unterstützung für ihre ganz eigenen, individuelle Themen suchen (online möglich)
- Persönliche Beratungen für Eltern und Pädagogen



## Lisa Gastaldo

---

ZERTIFIZIERTER LIFE-UND FAMILIENCOACH  
SELBSTBEHAUPTUNGS- UND RESILIENZTRAINERIN  
ZERTIFIZIERT DURCH "STARK AUCH OHNE MUCKIS"

In einem gemeinsamen  
Kennenlerngespräch können wir gern  
alles Weitere besprechen.

 +49 173 1585013

 [info@löwenherzen.com](mailto:info@löwenherzen.com)

 [www.löwenherzen.com](http://www.löwenherzen.com)

