

# KOMM, WIR GEHEN AUF HELDENREISE

Motivation & Selbstvertrauen für dich

Klassen 3 & 4

2 x 60 Minuten - eine Klasse (Var. A)

1 x 60 Minuten - zwei Klassen (Var. B)

Selbstvertrauen. Motivation. Resilienz.

Wie können Kinder der Held und die Heldin ihres eigenen Lebens werden?

In jedem Roman gibt es den einen Helden, der durch Höhen und Tiefen zum Ziel kommt. Was braucht es, um selbstbewusst und stark das eigene Leben zu meistern? Wie entdecken Kinder ihre Stärken, ihre Träume und lernen, auch in schwierigen Zeiten daran festzuhalten? Wie erreicht man Ziele, selbst wenn's anstrengend wird?

"Komm, wir gehen auf Heldenreise" ist ein motivierendes Persönlichkeits-Training für Kinder der 3. & 4. Klassen. Mit kindgerechten und coolen Übungen stärken wir Durchhaltevermögen, Selbstvertrauen und lernen die eigenen Energiequellen kennen. Jedes Kind erhält die Vorlage für ein Vision-Board sowie ein Motivationsheft, in dem die eigenen Ressourcen und Träume festgehalten werden können.

- 60 oder 120 Minuten träumen, quatschen und Ideen entwickeln
- Ressourcen und Energiequellen kennenlernen und nutzen
- kindgerechte Selbstbehauptungskniffe einüben
- Methoden ausprobieren, um schwierige Aufgaben zu meistern

Sonja Maren Kientsch ist Kinderbuchautorin, Resilienztrainerin und Spiel- und Bewegungstrainerin für Kinder. Ihre Ausbildungen hat sie bei dem Fortbildungsinstitut "Stark auch ohne Muckis" absolviert. Sie ist Mutter von drei erwachsenen Kindern, Mitglied bei den Neckarautor\*innen und sie leitet die Bücherei in Zaberfeld.

Sonja Maren Kientsch - Maulbronner Straße 26 - 75447 Sternenfels -  
Tel. 0176 96585954 - hallo@tintenglueck.de - www.tintenglueck.de

