



CHAROOT

Selbstbehauptungs- und Resilienztraining

Special für Sechstklässler:innen

nach dem Konzept von „Stark auch ohne Muckis“

Das Ende der Grundschulzeit naht und eine gewisse Aufregung macht sich bei den Sechstklässlern breit. Eine langjährige **Klassengemeinschaft** wird aufgelöst und in neue Schulkontexte verteilt. In diesem **neuen Schulkontext** pendeln sie dann zwischen **BEREITS ZU DEN GROßEN** zu gehören und **WIEDER DIE JÜNGSTEN** zu sein.

Es kommen eine Menge **Fragen** auf, je näher sich das Schuljahr dem Ende neigt: **Wie wird die neue Klassengemeinschaft sein? Werde ich neue Freunde finden? Bleibt der Kontakt zu meinen Besties aus der Grundschule bestehen? Bin ich gut genug für die neuen Fächer der weiterführenden Schule vorbereitet? Werde ich es schaffen? Sind die Lehrer:innen nett? Habe ich überhaupt Lust auf diesen Schulwechsel??**

Es ist definitiv so, dass es Unterschiede zwischen Grundschule und weiterführender Schule gibt und gemessen an der **individuellen Resilienz** können **Konfliktpotentiale** und deren **negative Folgen** für die weitere **Entwicklung von Kindern** steigen (Quelle: ZEIT ONLINE vom 24.02.2024). An dieser Stelle komme ich mit meinem **Training** ins **SPIEL**. Lassen Sie uns Ihre Klasse oder Ihr Kind für die weiterführende Schule stärken, um gut gerüstet in die 7. Klasse zu starten!

DAS LERNEN KINDER BEI MIR:

Bei Beleidigungen **ruhig** und **entspannt** bleiben

Sich **das Gute ins Leben** holen

Die eigenen **Grenzen** kennen

Ein **selbstbewusstes** und **mutiges** Auftreten

Gefühle und **Bedürfnisse** wahrnehmen

Umgang mit verschiedenen Konfliktsituationen

Auf die eigenen **Fähigkeiten vertrauen**

DER MEHRWERT MEINER KURSE:

Mehr **Sicherheit** im Alltag durch die Stärkung der Widerstandskraft und des Selbstbewusstseins in der Kommunikation und im Auftreten, auch in schwierigen Situationen.

Mehr **Respekt** durch das Erlernen von respektvollem Umgang miteinander und höheres **Wohlbefinden** durch die Minimierung von Streitigkeiten.

Mehr **Klarheit** durch das Erlernen der Wahrnehmung der eigenen Grenzen und dadurch die Fähigkeit der Selbsteinschätzung, was gut und gesund für einen ist.

ANMELDUNG:

E-mail training@charoot.de
Instagram [charoot.insta](https://www.instagram.com/charoot.insta)

Telefon 01520 2012041
Website www.charoot.de