



# Glückswärchstatt

## Kinder-Coaching in 3-er Gruppen

Im Glückswärchstatt Kinder-Coaching bearbeiten 3 Kinder während 3 Sitzungen gemeinsam ein bestimmtes Thema. Mögliche Themen können u.a. sein: Prüfungsangst, Umgang mit Stress, Konzentration, erholsamer Schlaf, Streit mit Freunden, usw.

Nach einem Einstieg mit kinesiologischen Ausgleichsübungen wird das aktuelle Thema in der Kindergruppe besprochen und ich begleite die Kinder bei der Suche nach möglichen Lösungsansätzen. Dabei ist es mir wichtig, dass die Kinder selber Strategien entwickeln, welche sie dann im Alltag umsetzen können. Nach dem Coaching-Teil macht jedes Kind einen individuell auf seine Situation abgestimmten, energetischen Ausgleich, damit die Integration im Alltag reibungslos verlaufen kann. Der Ausgleich erfolgt u.a. über Farben, Formen, Vokale, Gelenkbewegungen und Summen. Beim nächsten Treffen reflektieren wir, wie es den Kindern aktuell und in der Zwischenzeit geht/ergangen ist und arbeiten weiter am betreffenden Thema.

Das Gruppencoaching hat den Vorteil, dass die Kinder merken, dass sie mit ihren Themen nicht alleine dastehen und einander bei der Lösungssuche unterstützen können. Oft bringen Kinder ganz kreative Ideen ein, von welchen die anderen dann auch profitieren können. Die Empathie und das Verständnis füreinander werden gefördert und die Kinder lernen, sich zu reflektieren.

Anzahl Termine:	3 Termine im Abstand von jeweils 3 Wochen
Wann:	siehe Kursausschreibung auf meiner Website Montag, Dienstag oder Donnerstag, 16.15 bis 18.15 Uhr
Wo:	Praxis «ganz ich selbst werden», Aarwangenstrasse 9, 4900 Langenthal
Kosten:	pauschal Fr. 150.- pro Kind (für 3 Sitzungen)
Anzahl Teilnehmer:	mind. 2, max. 3 Kinder
Weitere Infos:	<a href="http://www.ganz-ich-selbst-werden.ch">www.ganz-ich-selbst-werden.ch</a> Tel. 079/296 96 34

Sandra Beyeler

Praxis «ganz ich selbst werden», Langenthal

[www.ganz-ich-selbst-werden.ch](http://www.ganz-ich-selbst-werden.ch)