



stefaniewolz
decisionmatters

Die Resilienzforschung kommt ursprünglich aus der Kinderpsychologie und erforscht dort, wie aus Kindern starke und psychisch widerstandsfähige Erwachsene werden. Seit den 90er Jahren wird die Thematik auf die Erwachsenenpsychologie übertragen, wo man schaut, wie Menschen mit schwierigen Situationen besser umgehen, belastbar und gesund bleiben können. Hier bestätigt sich einerseits, dass sich viele - hilfreiche und weniger hilfreiche - Grundüberzeugungen in der Kindheit herausbilden und oft bis zu ihrer Entdeckung unbewusst mitgetragen werden. Andererseits lernen Kinder vor allem durch Vorbilder. *Wäre es daher nicht hilfreich, diese Grundüberzeugungen selbst zu kennen und „resilient“ zu sein, um unsere Kinder dadurch stärker zu machen?*

Vortrag Resilienz Was wir aus der Resilienzforschung für die Kindererziehung lernen können



Stefanie Wolz

[Diplom-Mathematikerin |
Trainerin | Coach]

Marienstraße 77 - 79
76137 Karlsruhe
0176 - 7012 7726

✉ sw@stefaniewolz.de
@ www.stefaniewolz.de
f [/decisionmatters](https://www.facebook.com/decisionmatters)
📌 [profile/Stefanie_Wolz](https://www.linkedin.com/profile/Stefanie_Wolz)

WAS IM VORTRAG PASSIERT

Wir machen einen Ausflug in die Resilienzforschung und lernen die wissenschaftlich erwiesenen Resilienz-faktoren wie z.B. Impulskontrolle, Selbstwirksamkeitsüberzeugung und realistischen Optimismus kennen.

Schließlich erhalten wir Impulse, wie wir diese Faktoren bei uns selbst trainieren können und wie wir dadurch unseren Kindern etwas Gutes tun.

Abgerundet wird der Vortrag durch Ihre Fragen.

IHR NUTZEN

- » Sie kennen Ansatzpunkte, wie Sie Ihre eigene Widerstandsfähigkeit trainieren und stärken können.
- » Sie wissen, welche Verhaltensweisen Ihnen und Ihrem Kind schaden und können diese durch hilfreichere Ansätze ersetzen.
- » Sie erkennen, wie Sie dadurch Ihre Kinder stärken und zu glücklichen Kindern machen können.

ORGANISATORISCHES

Dauer: 1- 1,5h mit Raum für Diskussion danach

Termin: nach Vereinbarung, zum Beispiel im Zuge eines Elternabends oder eines Elterncafés oder ähnlichem

Ort: bei Ihnen in der Kindertagesstätte oder dem Kindergarten

Lassen Sie uns gemeinsam sprechen, wie wir den Vortrag bei Ihnen gestalten können!