



Vortrag und  
Infoabend  
„ECHT STARKE  
Eltern & Kids“

# ECHT STARKE Familien – Resilienzförderung für Eltern und Kids

Interaktiver Vortrag & Infoabend für Eltern und ErzieherInnen



**Wann:**

Dienstag, 12. Februar 2019 | von 18:30 – 20:30 Uhr

**Wo:**

Europahaus, Adenauerallee 59, 46399 Bocholt

**UKB:**

Eintritt frei. Der Vortrag wird gefördert im Rahmen des Programms „ECHT STARK in die Zukunft“ durch die Stiftung ResilienzForum.

**Anmeldung:**

[info@Stiftung-ResilienzForum.org](mailto:info@Stiftung-ResilienzForum.org) (bis zum 08. Februar 2019)

Johanna Rzehak: +49 (0)30 966 003 89



**STIFTUNG  
RESILIENZ  
FORUM**



# KINDER STÄRKEN MIT DEM BAMBOO-KIDS EMPOWERMENT-PROGRAMM FÜR ELTERN



Eltern lernen flexibel und nach ihren Vorlieben:  
Per Audio oder Video-Tutorial, persönlich über Skype,  
im Coaching oder mit anderen Eltern in Präsenz-Seminaren

## ERZIEHUNG LEICHTER MACHEN

### .... ELTERN LERNEN

- ✓ die **psychologischen Grundbedürfnisse** ihrer Kinder besser zu verstehen
- ✓ für ihre eigenen Grundbedürfnisse zu sorgen und ihren **Erziehungsstil anzupassen**
- ✓ gemeinsam mit den Kindern neue und **leichtere Kommunikations- und Lernwege** zu entwickeln
- ✓ den Kindern dabei zu helfen, ihre Lernblockaden, soziale Ängste u.a. Stressoren zu handhaben

## RESILIENZ UND POTENTIALENTWICKLUNG

### ... KINDER LERNEN

- ✓ ihre körperlichen und psychologischen **Bedürfnisse besser zum Ausdruck** zu bringen
- ✓ mit einfachen Übungen ihr **Selbstwertgefühl** und ihre **Selbstwirksamkeit zu steigern**
- ✓ mit spielerischen Übungen zur **Selbstregulation** angemessener mit **Stress und Konflikten** umzugehen
- ✓ ihre **Talente und Begabungen** besser einzusetzen und ihren eigenen Lernstil zu entwickeln

# ECHT STARKE Eltern & Kids

## RESILIENZFÖRDERUNG NACH DEM BAMBUS-PRINZIP®

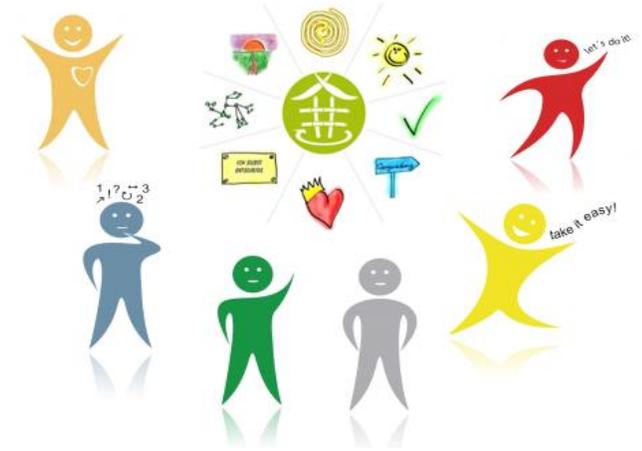
Wutausbrüche, Schulängste, extreme Schüchternheit, Lustlosigkeit, Verlustängste bei Kindern sind keine Seltenheit. Doch oft fühlen sich Eltern überfordert, adäquat darauf zu reagieren. Besonders dann, wenn das Kind im Kindergarten oder Schule schon ins Abseits gedrängt wird oder gar gemobbt wird oder durch Ängste beim Lernen blockiert ist.

- Einer britischen Studie zur Folge steigt der Stresspegel bei Kindern schon Monate vor der Einschulung an.
- Eine andere Studie (LBS Barometer) zeigt, dass jedes dritte Kind durch Schulstress körperliche Symptome wie Bauch- und Kopfschmerzen etc. entwickelt. Ab der 5. Klasse nimmt bei einem Drittel das emotionale Wohlbefinden durch Konflikte mit Mitschülern und Lehrern ab. Kinder verlieren Energien, die sie eigentlich in ihr Wachstum und in ihre Entwicklung investieren könnten.

## KOMPETENZ- UND POTENTIALENTWICKLUNG

Jedes Kind kommt mit einzigartigen Potentialen auf die Welt und mit dem Bedürfnis, diese auch seinem Wesen nach entfalten zu können. Sie brauchen Raum, individuelle Angebote und Herausforderungen, um ihre eigenen Lern- und Lebenswege zu entdecken und zu wachsen.

Das **Bamboo-Kids Empowerment-Programm** unterstützt Eltern dabei, Kinder in ihrer Persönlichkeitsentwicklung und im Aufbau von Gesundheit und Resilienz zu unterstützen.



WAS MACHT ELTERN  
& KINDER ECHT STARK?

In dem Programm „Bamboo Kids“ lernen Eltern Schritt für Schritt die individuellen Bedürfnisse und Lernstrategien ihrer Kinder leichter zu verstehen.

Sie können individuelle Talente und Begabungen ihrer Kinder besser fördern, lernen sich selbst zu stärken und die Entwicklungspotentiale der gesamten Familie zu aktivieren.

# Programmleitung



Ulla Catarina Lichter

Heilpraktikerin für Psychotherapie (HPG), Resilienz-Lehrtrainerin nach dem Bambus-Prinzip®, Systemischer Coach (ECA), SIZE Prozess® Beraterin, NLP Master (DVNLP), Trainerin für Improvisationstechniken, Trainerin für Daoyin Yangsheng Gong und freie Autorin. Traumaexpertin und Mitentwicklerin von bila Coaching.

Seit 2006 in eigener Praxis mit Schwerpunkt Klinische Hypnose, Reinkarnationshypnose, Mentaltraining und Gesundheits-Coaching, Achtsamkeitstraining, Qigong und Energy-Balancing. Ulla Catarina Lichter ist Resilienz-Lehrtrainerin bei der ResilienzForum Akademie und Leiterin des Programms „ECHT STARKE Familien & Kids“.

[www.ulla-catarina-lichter.de](http://www.ulla-catarina-lichter.de)



Ella Gabriele Amann

Seit 1996 tätig als Beraterin, Coach, Speakerin und Autorin. Ihre Schwerpunkte bilden die Entwicklung und Umsetzung agiler Methoden und interaktiver Trainingsformate zu den Themen agiles Soft-Skills-Training, Kommunikation, Leadership, Embodiment und Resilienz. Sie ist u.a. Entwicklerin des integrativen Resilienz-Zirkel-Trainings nach dem Bambus-Prinzip® und des Resilienz-Kompetenz-Profiles.

Als Resilienz Facilitator begleitet sie Organisationen, Führungskräfte und Teams beim Transformationsprozess in die Arbeits- und Trainerwelt 4.0. Sie ist Geschäftsführerin der Stiftung ResilienzForum und Vorstandsmitglied im internationalen Verband für organisationale Resilienz ores.

[www.ella-gabriele-amann.com](http://www.ella-gabriele-amann.com)



## Die Bücher zum Resilienz-Kompetenz-Training nach dem Bambus-Prinzip®

