

## Angstfreie Kinder und Jugendliche sind das Ziel

**K**inder kommen auf die Welt und besitzen von Anfang an ein grosses Potential, viel Intuition und Selbstwert. Kaum können sie sprechen teilen sie uns mit:

**„ Ich kann das selber „**

Die Natur schenkt den Kindern diese positiven Fähigkeiten. Doch schon bald werden sie von den Erwachsenen in begrenzende Bahnen gelenkt und erhalten die Botschaft: „Du kannst das nicht,„. Dadurch werden ihre unglaublichen Fähigkeiten und Talente früh zugeschüttet, ohne dass wir Erwachsenen uns über die späteren Folgen bewusst sind.



**„ Jetzt versteh ich das! „  
der Schlüssel zu bislang verschlossenen Fähigkeiten**





## Wie der Kinder- und Jugend-Alltag plötzlich Spass und Freude machen kann



### Was die Kinder und Jugendlichen an diesem Kurs spielerisch lernen:

- ❖ eigene Stärken gezielt einsetzen
- ❖ mit der Drei-Fingertechnik Ziele programmieren
- ❖ ihre inneren Kräfte aktivieren, um einen Löffel zu biegen
- ❖ wieder an sich selbst zu glauben: „Ich kann das,“
- ❖ mit dem Druck in der Schule und zu Hause umgehen zu können
- ❖ wie schaffe ich mir trotz Stress ein ausgeglichenes Umfeld
- ❖ wo kann ich mir Hilfe holen und wie wende ich sie an
- ❖ negative Erfahrungen können auch lehrreich und wichtig sein
- ❖ Kleinigkeiten des Alltags wieder mit Freude wahrzunehmen
- ❖ mit Hilfe des Y-Tests Prüfungen spielend und angstfrei meistern
- ❖ die eigenen Fähigkeiten und Stärken im Alltag, in der Familie, in der Schule und im Sport anzuwenden.
- ❖ die Energien für die Ziele im Leben einzusetzen um mit Eltern, Lehrern, Geschwistern und Freunden besser auszukommen
- ❖ wie man Ziele programmiert und erreichen kann



**Termine:** Donnerstag, 15. und 22. April 2010  
Von 13.30 h – ca. 16.00 h ab 7 Jahren  
Von 16.30 h – ca. 19.00 h ab ca. 12 Jahren

**Ort:** Hotel Florida, 2557 Studen

**Kosten:** CHF 80.— für beide Nachmittage



**Kursleitung:**

Annamaria Giustolisi, MET-Therapeutin  
Chüsseberg 33, 3267 Seedorf, [www.giustolisi.ch](http://www.giustolisi.ch)

**Anmeldung:**

Tel. 032 393 13 66 oder [mail@giustolisi.ch](mailto:mail@giustolisi.ch)

# So bin ich

Einmalig, selbstbewusst und stark



Mental Power Training mit Löffelbiegen  
für

**Kinder und Jugendliche**



**Kursleitung:**

Annamaria Giustolisi, MET-Therapeutin

Chüsseberg 33, 3267 Seedorf, Tel. 032 393 13 66, [www.giustolisi.ch](http://www.giustolisi.ch)