



## Mein Kind erfolgreich durch die Schulzeit begleiten! VORTRAG und MENTALTRAINING für ELTERN

Die Forschung zeigt, dass Eltern einen großen Einfluss auf den schulischen Erfolg ihrer Kinder haben. Sie stehen jedoch oft alleine da, ohne nennenswerten Austausch und Information. Gleichzeitig wünschen sich Eltern, dass Ihre Kinder selbstständig werden. Doch wie kann man diesen Weg am besten unterstützen? Was sollte man über das Lernen der Jugendlichen wissen um hilfreiche Schritte zu setzen?

Im Spitzensport ist Mentaltraining schon viele Jahre im Einsatz, denn mentale Kraft stellt einen entscheidenden Erfolgsfaktor dar. Mit Mentaltraining werden selbsterrichtete Hürden überwunden, um die oberste Grenze der persönlichen Leistungsfähigkeit zu erreichen. Und das kann man sich nicht nur als Sportler zu Nutze machen, sondern auch in seiner Rolle als Eltern und Begleiter seines Kindes!

*„Ein paar Deiner Tipps habe ich in den letzten Tagen ausprobiert – und es hat geklappt! Ich freue mich schon jetzt auf weitere Vorträge von Dir und würde mir wünschen, dass noch viele Eltern – und vor allem deren Kinder - von Deinem Wissen/Erfahrungsschatz profitieren können!“*  
- MARTINA S., MUTTER

### Inhalte des Vortrags:

- **Gehirn im Umbau** und was das bedeutet
- Konzentration und der Umgang mit **Ablenkern**
- **Zielsetzung, Planung** und Organisation
- **Individuelle Lernstrategien** erkennen
- Gehirngerechte Lerntechniken
- Der Weg zu **Selbstständigkeit**

### Mit Mentaltraining werden Sie lernen:

- Zu Ihrer „**besten Version**“ zu finden
- Ihr Elternsein so zu gestalten, wie Sie es sich wünschen
- **Ruhe zu bewahren**, wenn „der Sturm tobt“
- Kinder und Jugendlichen zu unterstützen, ihr **Potential zu entfalten**
- Mentale Skills und Tools, für sich und auch im Umgang mit Ihrem Kind



*„Erfolg hängt von unseren Gedanken ab. Und diese kann man lernen unter Kontrolle zu bekommen. Das kann unglaublich hilfreich sein auf dem Weg zu unseren Zielen und im Umgang mit unseren Kindern! Ich möchte Eltern inspirieren und motivieren und ihnen Handwerkszeug mitgeben, das Eltern und Kinder direkt anwenden können!“*  
- Heidi Haberl-Glantschnig

Termin: **Sonntag, 17.3.2019, 9:00-17:30 Uhr**  
im Begabtenzentrum  
Kosten: **Early Bird** bis 31.12.2018: 349 Euro  
Buchung Januar: 399 Euro  
Buchung Februar: 449 Euro  
Buchung März: 499 Euro  
(inkl. MwSt., Snacks und Getränke)

WIR FREUEN UNS AUF IHR KOMMEN!  
Diana Haese MA (Geschäftsführerin) &  
MMag. Heidi Haberl-Glantschnig