

# LÖWENHERZEN KIDS

## GRUNDSCHULE



Aktuelle Studien zeigen: Jedes dritte Kind unter 10 Jahren macht negative Erfahrungen mit Mobbing und überfordernden Konflikten, fast jedes zweite Kind leidet unter Stress und Druck. Zudem sind 30 Prozent der Pädagogen und Lehrer akut Burnout-gefährdet.

Diese alarmierenden Zahlen verdeutlichen die Notwendigkeit eines gezielten Trainings zur Stärkung emotionaler Kompetenzen.

Mein Löwenherzen-Training nach dem Konzept „Stark auch ohne Muckis“ von Daniel Duddek hilft den Kindern, gewaltfreie Selbstbehauptung zu erlernen. Sie entwickeln Lösungsstrategien und ein Bewusstsein für ihre eigene Wirksamkeit. Die Kinder wissen, wie sie sich vor Stress, Ausgrenzung und Mobbing schützen können. Sie stärken ihre Resilienz, lernen ihre eigenen Gefühle und ihren Wert zu erkennen und stehen mutig und selbstsicher im Alltag.

Vorteile des Löwenherzentrainings

### Mehr Sicherheit im Alltag:

Durch das Training werden Ihre Kinder selbstsicherer in Kommunikation und Auftreten, was ihnen hilft, auch mit schwierigen Situationen besser umzugehen. Dies wirkt sich positiv auf ihren Alltag und ihren Lebensweg aus.

### Mehr Respekt und Wohlbefinden:

Die Kinder lernen, respektvoller miteinander und achtsamer mit sich selbst umzugehen, was Streitereien minimiert und die allgemeine Stimmung verbessert.

### Mehr Zielstrebigkeit:

In den Kursen entwickeln die Kinder Zielstrebigkeit und Selbstwirksamkeit, meistern Herausforderungen und wachsen über sich hinaus - grundlegende Fähigkeiten für ein zufriedenes und erfolgreiches Leben.

### Mehr Klarheit für eine gesunde Zukunft:

Ihre Kinder lernen, ihre eigenen Grenzen klarer wahrzunehmen und zu erkennen, was gut und gesund für sie ist. Sie werden selbstbewusst Abstand von schädlichen Dingen nehmen.

### Mehr Öffentlichkeitsarbeit:

Die Zusammenarbeit kann Ihre Einrichtung positiv in der Presse darstellen und zeigen, dass Sie aktiv handeln und eine innovative Konzeption umsetzen. Dies hebt Ihre Einrichtung von anderen ab.

### Mein Konzept

Selbstbehauptung bedeutet, eigene Grenzen zu erkennen und zu setzen, sowie die Grenzen anderer zu respektieren.

Das „Stark auch ohne Muckis“ Konzept stärkt die Kinder für ihren Lebensweg.

Sie lernen, resilienter zu agieren und klarer zu kommunizieren. Die Kurse zeigen den Kindern, wie sie sich selbst mehr zutrauen und Herausforderungen meistern können, bis sie erkennen: „Ich kann, ich will und ich werde über mich hinauswachsen. Ich bin gut, so wie ich bin, ich bin wichtig. IMMER.“ Das Ziel ist eine glücklichere und mutigere Zukunft für Ihre Kinder.

Bedeutung der sozialen Kompetenzen

Neben den fachlichen Kompetenzen ist das Erlernen sozialer Kompetenzen gerade in der ersten Klasse von entscheidender Bedeutung. Es legt die Basis für ein harmonisches Miteinander und erleichtert das Lernen. Auch am Ende der Grundschule, beim Übergang in eine neue Schule, sind diese Fähigkeiten unerlässlich für einen sicheren und selbstbewussten Start.



### KONTAKT AUFNEHMEN

☎ 0157 44 999 042

🌐 [www.mariestrasser-coach.de](http://www.mariestrasser-coach.de)  
[info@mariestrasser-coach.de](mailto:info@mariestrasser-coach.de)

### TAGESABLAUF

- ✓ Trainingszeit in 3 Einheiten à 90 Minuten als Projekttag oder wöchentliches Training
- ✓ Start ab 7:45 Uhr Ende bis 13:30 Uhr
- ✓ Gruppengröße bis 20 Kinder und eine Begleitperson
- ✓ Urkunde und Erinnerung für die Löwenherzen

Elternabend zum Trainingsinhalt n.d. Training



Selbstbehauptungs und Resilienztrainerin,  
nach dem "TUV zertifizierten" Konzept von Stark auch ohne Muckis - Daniel Duddek



# LÖWENHERZEN KIDS

## GRUNDSCHULE



### Ziele der Löwenherzen Trainings in der Grundschule

Je nach Kurslänge und Projektart trainieren die Kinder in Ihren Klassen mit einer vertrauten Bezugsperson:

- Gefühle kennen und benennen
- Auf eigene Gefühle vertrauen
- Körperhaltung, Ausdruck und Stimmstärke verbessern
- Grenzen wahrnehmen und gewaltfrei setzen
- Grenzen anderer respektieren und Verständnis entwickeln
- Bedeutung von Worten durch Empfindung und Handlung erkennen
- Sich mit Worten behaupten und dem Positiven zuwenden
- Eigene Stärken kennen und vertrauen
- Wirkung auf andere erkennen und bei Bedarf ändern
- Gefährliche Situationen früh erkennen und angemessen reagieren
- Selbstwirksamkeit und Lösungskompetenz trainieren
- Zugehörigkeit, Schutz und Stärke in der Klasse erleben

### Durchführung der Kurse

Die Kinder trainieren in Ihren Klassengrößen mit einer Ihnen vertrauten Bezugsperson:

- Altersgerechte Inhalte und Ziele
- Wahrnehmung und Empathie unter Berücksichtigung der Persönlichkeit der Kinder
- Achtung des persönlichen emotionalen Backgrounds der Kinder
- Enge Kommunikation mit den Pädagogen der Einrichtung
- Meine Rolle als Trainerin ist die Ergänzung und Unterstützung der bestehenden Arbeit

Ein zweimaliges Training - Basis und Aufbau - führt zu einer ganz veränderten Schulatmosphäre. Der Unterricht und das Miteinander der Kinder können mit kontinuierlichem Training erleichtert werden, was zu einem positiven und unterstützenden Lernumfeld enorm beiträgt.

WIR Gemeinsam für die Kinder - gemeinsam statt einsam, MUT wachsen lassen.

Selbstbehauptungs und Resilienztrainerin,  
nach dem "TUV zertifizierten" Konzept von Stark auch ohne Mukies - Daniel Duddeck







### KONTAKT AUFNEHMEN

 0157 44 999 042

 [www.mariestrasser-coach.de](http://www.mariestrasser-coach.de)  
[info@mariestrasser-coach.de](mailto:info@mariestrasser-coach.de)

### TAGESABLAUF

-  Trainingszeit in 3 Einheiten à 90 Minuten  
als Projekttag oder  
wöchentliches Training
-  Start ab 7:45 Uhr  
Ende bis 13:30 Uhr
-  Gruppengröße bis 20 Kinder  
und eine Begleitperson
-  Urkunde und Erinnerung für  
die Löwenherzen

Elternabend zum  
Trainingsinhalt n.d. Training

