



Heldenpower – Entdecke, was in dir steckt Julia Lauber

Selbstbehauptungskurse für Kinder,
Teenies oder Vereine
Konzeptvorstellung





Inhaltsverzeichnis

- Konzeptvorstellung
- Aktuelle Situation
- Was ist Mobbing eigentlich
- Über mich
- Abgrenzung zu anderen Anbietern
- Kursinhalte Schulen / Kitas / Vereine
- Kursinhalte Teens
- Vorteile für Einrichtungen und Sponsor



KONZEPTVORSTELLUNG

Aktuelle Situation:

- Laut einer Studie der Bertelsmann Stiftung (Juli 2019) leidet **jedes 5. Kind** an weiterführenden Schulen unter Mobbing
 - **An Grundschulen sogar jedes 3. Kind**
- Diese Zahlen sind alarmierend, und wir müssen dagegen etwas tun
- Unsere Kinder haben heutzutage andere Herausforderungen zu meistern.
 - **Stichwort: Cybermobbing**

Deshalb ist es so wichtig, dass wir unseren Kindern helfen, resilienter zu werden – damit sie die Herausforderungen des Lebens meistern!

Helfen Sie mit!

Unterstützen Sie unsere Kinder im Kampf gegen Mobbing und üble Konflikte!

Weil Kinder es wert sind!



KONZEPTVORSTELLUNG

Was ist Mobbing eigentlich?

- Mobbing ist ein individuell gefühlter Zustand.

„Du bist so dumm. Wie dumm kann man eigentlich sein.“



Ein nicht gefestigtes Kind, hält die Meinungen anderer nicht aus.



Ein resilientes Kind weiß, dass es nur eine Meinung ist.

Was Menschen über dich denken, ist nicht richtig und daher auch nicht wichtig - es ist einfach nur eine Meinung!



KONZEPTVORSTELLUNG

Über Mich:

- Julia Lauber
- 33 Jahre alt
- Mama von 3 wundervollen Kindern
- Selbstbehauptungs- und Resilienztrainerin
- Persönlichkeitstrainerin für Jugendliche
- Suchtpräventionsexperte
- Ausbildung bei Daniel Duddek, pädagogisch erprobt, selbstverständlich TÜV zertifiziert, in Deutschland an 50.000 Kindern und Jugendlichen durchgeführt



Nach 13 Jahren als Intensivkrankenschwester wurde es endlich Zeit auf mein Herz zu hören und genau das zu tun, wofür ich brenne – unsere Kinder stärken und ihnen zu zeigen, dass jedes Kind gut so ist wie es ist und alles erreichen kann, wenn man nur selbst an sich glaubt. Durch meine Rolle als Mutter erkannte ich, wie wichtig es ist, Kindern einen sicheren Hafen zu bieten. Kinder sollten gestärkt und selbstbewusst in ein Leben voller Mut und Freude starten.

Kinder stärken – für eine glückliche Zukunft ohne Mobbing und üble Konflikte.

Darauf liegen nun mein Fokus, meine absolute Begeisterung und meine Herzensangelegenheit!



KONZEPTVORSTELLUNG

Abgrenzung zu anderen Anbietern:

- ✓ Wir betrachten in unseren Kursen die Handlungsebene SOWIE die mentale Ebene
- ✓ **Handlungsebene:** die Kinder erlernen Strategien zur Konfliktbewältigung
- ✓ **Mentale Ebene:** Ebene der Glaubenssätze, der Selbstbilder, der Einstellung über das eigene Selbstbewusstsein und die Selbstsicherheit
 - = Wie kann ich mich vor allem mental abgrenzen!
- ✓ Bei uns werden sowohl Opfer als auch Täter angesprochen
- ✓ Unser Konzept ist nicht schulklug, sondern straßenschlau – es basiert nicht auf Schreibtischträumen, sondern es entstand aus der Praxis heraus
- ✓ Diffamierung und an den Pranger stellen von Eltern, Pädagogen, Erziehern etc. wird in unserem Konzept nicht geduldet
- ✓ Wir appellieren an Eigenverantwortung – wir helfen Kindern, Herausforderungen selbstbestimmt zu meistern und Probleme selbstständig zu lösen



KONZEPTVORSTELLUNG



Kursinhalte:

In Kitas und Grundschulen gibt es 4 Hauptprobleme, mit denen jedes Kind konfrontiert wird:

- **Beleidigungen** (verbal)
- Ihnen wird etwas weggenommen (haptisch)
- Ihnen wird etwas weggenommen und woanders hingelegt (Provokation)
- Ihnen wird **Gewalt** angedroht
 - Durch die Stärkung ihrer inneren Resilienz...
 - Durch mehr Klarheit in ihrer Kommunikation...
 - Durch eine bewusstere Wahrnehmung ihrer Grenzen...

... werden diese vier Probleme in den Kursen bearbeitet und intensiv trainiert.

Das Ziel unserer Kurse ist:

Kinder in diesen Punkten zu stärken und für eine nachhaltige Veränderung zu sorgen. Stets gewissenhaft in der Sache, aber mit viel Humor und Leichtigkeit im Herangehen.



KONZEPTVORSTELLUNG

Teens lernen in unseren Kursen:

- Die Veränderungen in der Pubertät kennen und gut damit umzugehen
- Sich ihrer Stärken bewusst zu werden
- Ihre Gefühle richtig einzuordnen und in einem gesunden Umfang zu kontrollieren
- Gut auf ihren Energiehaushalt zu achten
- Motivation aus sich selbst heraus zu entwickeln
- Warum ein gutes Umfeld und eine klare Kommunikation wichtig sind
- Konflikte zielgerecht zu lösen
- Den für sie passenden Beruf anhand ihrer Stärken und Interessen zu finden





KONZEPTVORSTELLUNG

Vorteile für die Schulen und Kitas:

- Die Kinder gehen mit mehr Sicherheit in die Schule / Kita.
- Das Selbstbewusstsein und die Selbstsicherheit werden gefördert.
- Die Kinder lernen mehr Klarheit in ihre Kommunikation zu bekommen, somit lernen die Kinder auch respektvoller miteinander umzugehen.
- Die Kinder werden durch die Kurse sensibler für die eigenen sowie die Grenzen anderer. Was zu mehr Harmonie im Alltag führt.
- Einen guten Ruf weit über die Torgrenzen hinaus.
- Entlastung der Pädagogen / Erzieher durch selbstständiges Problemlösen der Kinder untereinander.
- Jedes Kind erhält eine Urkunde
- Kindergärten können die Presse einladen – Urkundenübergabe oder Aktionsbild an die Zeitung weitergeben



KONZEPTVORSTELLUNG

Vorteile für Sie als Sponsor:

- Aktuelles, brisantes Thema → am Puls der Zeit
- Öffentlichkeitsarbeit
- Gutes tun für die Gesellschaft → Kinder stärken
- Kundenbindung
- Kundenneugewinnung
 - Steigerung des positiven Images → Mobbing Problematik ist ein gesellschaftliches Thema
- Positive Auswirkungen speziell für die Region