



ELTERNINFO

STARKE KINDER. STARKE ZUKUNFT.

Wie können wir unsere Kinder für die Herausforderungen des Lebens stärken.

Liebe Eltern,

großartig, dass Ihre Schule hinschaut, handelt und mich in dem Vorhaben, Kinder nachhaltig für Konflikt- und Streitsituation zu stärken, unterstützt.

Mein Name ist Silvia Köpf-Lehky, ich bin Mutter von zwei Kindern, ausgebildete Kinder- und Jugendtrainerin von „Stark auch ohne Muckis!“.

Ich unterstütze Kinder und Eltern dabei, dass Kinder eine glückliche Kindheit haben, sich das Familienleben positiv verändert und Kinder gestärkt und selbstbewusst in ihrem Umfeld agieren - ohne Mobbing und üble Konflikte.

Ab dem **13. Januar 2025** starte ich das Training in der Schule und werden Ihre Kindern mit neuen Strategien ausstatten, welche dann direkt im Alltag umgesetzt werden können.

Folgende Themen werden trainiert:

- Wie gehe ich mit Beleidigungen um? Dafür nutze ich mein Tiermodell mit Mücke, Schaf und Löwe.
Die Mücke: sie ärgert und nervt ihr Umfeld, damit sie Aufmerksamkeit bekommt!
Das Schaf: es jammert und meckert schnell rum und regt sich gerne auf. Darüber freut sich natürlich die Mücke!
Der Löwe: er bleibt ruhig und entspannt, denn in der Ruhe liegt die Kraft.
- Beleidigungen: Helfen Sie Ihrem Kind, ein Löwe zu sein, der ruhig und entspannt bleibt. Die Kinder werden lernen, dass die Aussagen anderer Kinder nur deren Meinungen sind und dass diese nicht wirklich der Wahrheit entsprechen müssen. Sollte Ihr Kind sich künftig über Ausdrücke, doofe Sprüche oder Ähnliches aufregen, dann stärken Sie es darin, ruhig und entspannt zu bleiben und sich das Gute ins Leben zu holen. Sei es zum Beispiel mit einem Freund zu spielen.
- Die Kinder lernen, sich in Konfliktsituationen klar und präzise auszudrücken. Sollte Ihr Kind festgehalten oder ihm etwas weggenommen werden, sagt es klar wie ein Diamant, was es will.
Beispiele: Festhalten am Arme - "Lass meinen Arm los!"
Die Trinkflasche wird weggenommen - "Gib mir meine Flasche zurück!"
- Die Kinder lernen den Umgang mit Gefühlen und worin der Unterschied zwischen körperlicher Gewalt und Herzgewalt liegt.

Ich werde mit den Kindern erarbeiten, dass kaum jemand beim ersten Mal hört. Deswegen ist es wichtig, dran zu bleiben und sich nicht von seinem Vorhaben ablenken zu lassen.

An dem Elterninfoabend werde ich über den Trainingsablauf erzählen und freue mich, Sie direkt am 13. Januar um 19.00 Uhr digital kennenzulernen.

Ich freue mich auf eine tolle Zeit mit Ihren Kindern!



(Silvia Köpf-Lehky)

