

MITEINANDER-STARK

ANNA PETERS

Wohnort: Gütersloh



WIRKUNGSKREIS:

DA, WO ICH GEBRAUCHT WERDE

STARKE KLASSEN – WENIGER KONFLIKTE. MEHR LERNFREUDE.

Ich stärke Schüler:innen in Haltung, Kommunikation und Konfliktfähigkeit – und schaffe damit eine Atmosphäre, in der Kinder gern lernen und gern zur Schule gehen.

So entsteht ein Klassenklima, das Sicherheit gibt, Miteinander fördert und den Unterricht spürbar entlastet.

- Konflikte früh verstehen & souverän lösen
- klare, kindgerechte Methoden gegen Mobbing & Ausgrenzung (für ein starkes Miteinander)
- Entlastung für Lehrkräfte, die nicht mehr jeden Konflikt klären müssen

SICHER STARTEN – STARK GROSSWERDEN.

Ich begleite Kinder darin, ihre Gefühle zu verstehen, mutig aufzutreten und Konflikte friedlich zu lösen – für eine starke innere Basis. Gleichzeitig entlaste ich das Team mit klaren, alltagstauglichen Methoden, die sofort wirken.

- frühkindliche Selbstwirksamkeit stärken – Kinder erleben: „Ich kann das.“
- weniger Streit, mehr Miteinander – klare Regeln, starke Gefühle begleiten
- Methoden, die im Alltag funktionieren – sofort anwendbar, ohne Extraaufwand
- ein geschütztes Umfeld, in dem Kinder wachsen können

STARK FÜHLEN. SICHER AUFTRETEN.

In meinen Kursen trainieren Kinder die Fähigkeit, in herausfordernden Momenten bei sich zu bleiben: Frust aushalten, Gefühle benennen, Ruhe finden, mutig Grenzen setzen. Das Ergebnis: Kinder gehen mit mehr Stolz, Ruhe und Selbstvertrauen in Schule, Familie und Freundschaften zurück.

- Weniger explosive Momente – mehr Selbstkontrolle
- Mehr Mut in neuen Situationen
- Mehr soziale Stärke: Konflikte fair lösen, klar kommunizieren
- Mehr Freude im Alltag – für Kinder und Eltern
- Mehr Stabilität: innere Ruhe, die bleibt



STARKE ELTERN – STARKER ALLTAG.

Unter anderem als Dozentin der KEFB unterstütze ich Eltern darin, ruhig, klar und verbunden durch herausfordernde Phasen zu gehen: Stress reduzieren, starke Gefühle begleiten und Orientierung finden, wenn der Alltag laut wird.

Schwerpunkte

- Stressmanagement für Eltern – bevor alles kippt
- Gefühlsachterbahn & Grenzfindung – klare Haltung, die Beziehung stärkt
- Digitale Medienkompetenz – neue Angebote im Aufbau
- Mehr Gelassenheit, wenn's kritisch wird – Orientierung statt Eskalation im Alltag.
- Sicherer Umgang mit starken Emotionen – Kinder finden schneller zurück in Ruhe.
- Spürbar mehr Leichtigkeit zuhause – weniger Kämpfe, mehr Verbindung.

Verbunden. Klar. Wirksam.

Wachstumsräume für Kinder, Eltern und Teams.

Als Resilienz- und Selbstbehauptungstrainerin begleite ich Kinder, Eltern und pädagogische Teams dabei, innere Stärke sichtbar und erlebbar zu machen.

Ich verbinde moderne Resilienzforschung, kindgerechte Didaktik und klare Haltung „Halt geben – ohne festzuhalten“, damit Menschen in herausfordernden Momenten bei sich bleiben können.
Meine Arbeit ist geprägt von Ruhe, Wirksamkeit und dem Wunsch, Entwicklungsräume zu schaffen, in denen Kinder und Erwachsene erleben:
Ich kann das. Ich wirke. Ich wachse.

PÄDAGOGENFORTBILDUNG

Einheitlicher Umgang mit Konflikten & Mobbing



- Team- und Schulungstage zu Haltung, Deeskalation & Prävention
- gemeinsame Sprache für Teams & Gruppen
- klare, sichere Vorgehensweisen für den pädagogischen Alltag

DIGITALE MEDIENKOMPETENZ

(IN AUFBAU)



- Elternabende & Eltern-Kind-Treffen zur Einführung vom Smartphone
- Orientierung für sichere Mediennutzung
- kindgerechte Prävention: Fake, Chats, Challenges

Ich möchte Orte schaffen, an denen Kinder wachsen, Eltern entlastet werden und Teams sicher handeln können. Weil innere Stärke nicht angeboren ist – sondern erlernbar.

TEAMBUILDING FÜR UNTERNEHMEN U.A. FÜR AZUBIS



- respektvolle Kommunikation & Konfliktfähigkeit
- Stressregulation & Selbstführung
- gemeinsame Werte, Rollenklärung & Teamverständnis

KOOPERATIONEN & NETZWERKE

Z. B. TUS FRIEDRICHSDORF, KEFB U. A.



- externe Partner für Projekte, Kurse & Fortbildungen
- offen für weitere Kooperationen in Kita, Schule & Freizeitbereich



Anna Peters
www.miteinander-stark.com
Instagram: @miteinander_stark
miteinander-stark@outlook.de
0176 801 38 439