
Katharina Geretshauser

Trainings für Selbstbehauptung, Mobbingprävention und
Potentialentfaltung mit Spiel, Spaß und Humor.



Inhaltsverzeichnis

Seite 3	Über mich
Seite 4	Das Konzept
Seite 5	Für Wen?
Seite 6	Kontaktdaten

Glück ist lernbar!
Und jedes Kind
verdient ein
Umfeld, in dem es
wachsen und
aufblühen kann.

Selbstsichere Kinder
fallen nicht weniger,
sie stehen nur
schneller wieder auf.

Über mich



Ich bin Katharina Geretshauser, Gründerin von Der Glückskompass und Mutter von zwei Kindern. Meine Reise begann mit der Frage: Wie kann ich meine Kinder stark fürs Leben machen?

Auf der Suche nach Antworten tauchte ich tief in die Themen Selbstbehauptung, Lebenskompetenzen und Mobbingprävention ein und ließ mich beim Institut Stark auch ohne Muckis zur Trainerin ausbilden.

Heute begleite ich Kinder, Familien und Bildungseinrichtungen dabei, emotionale Stärke, Klarheit und Selbstvertrauen zu entwickeln.

Das Konzept

Kinder sind täglich mit vielen Herausforderungen konfrontiert: Streit, Beleidigungen, Ausgrenzung oder Unsicherheit im Umgang mit anderen. Genau hier setzt das Training an.

In altersgerechten Gruppentrainings lernen Kinder ab 5 Jahren Schritt für Schritt, wie sie in schwierigen Situationen sicher und selbstbewusst handeln können.

Mit Geschichten, Spielen, Bewegung und Rollenspielen üben die Kinder ganz praktisch:

- selbstbewusst aufzutreten
- klare Grenzen zu setzen
- auf Beleidigungen oder Provokationen ruhig zu reagieren
- Konflikte friedlich zu lösen
- ihre Gefühle wahrzunehmen und zu verstehen

Die Kinder erleben dabei: Ich kann etwas bewirken. Ich bin nicht hilflos.

So entwickeln sie wichtige Lebenskompetenzen wie Resilienz, Selbstvertrauen, Empathie und Handlungssicherheit – Fähigkeiten, die sie ihr ganzes Leben begleiten.



Ich wurde von Stark auch ohne Muckis, dem führenden Institut für Mobbingprävention sowie Kinder- und Jugendstärkung, ausgebildet. Stark auch ohne Muckis verfolgt die Vision, Mobbing in 30 Jahren in Liebe und Achtsamkeit zu verwandeln. Mehr Informationen zur Ausbildung sind hier zu finden: www.starkauchohnemuckis.de

Die Kurse sind geeignet für:

- Vorschul- und Schulkinder ab 5 Jahren
- Kindertageseinrichtungen, Grundschulen, Vereine und Familienzentren
- Einzelgruppen oder ganze Einrichtungen
- Unterstützung in der Mittagsbetreuung

Die Umsetzung erfolgt individuell angepasst, vom punktuellen Kurs bis hin zu umfangreichen Projekten für ganze Einrichtungen.



Kontaktdaten

Sie haben offene Fragen, Wünsche oder eine konkrete
Buchungsanfrage?

Dann melden Sie sich gerne bei mir und lassen Sie uns
darüber sprechen.



Ihre Ansprechpartnerin:
Katharina Geretshauser
Gründerin Der Glückskompass

- Tel.: 01 60 / 922 471 49
- E-Mail: katharina-geretshauser@gmx.de
- Web: www.derglueckskompass.com