

Starke Kinder strahlen von Innen

Resilienz- und Selbstbehauptungstraining



Rebecca Bergschneider

Persönlichkeits- und
Lebenskompetenztrainerin.
Nach dem Konzept von „Stark auch ohne
Muckis“

-Kurse für Schulen

-Kurse für Kitas

-Offene Kurse

Rebecca Bergschneider, 94330 Aiterhofen

rebecca-bergschneider@web.de

Mit Karly® und seinen
Glücksfunken, die Stärken
der Kinder entdecken



Durch musikalische
Arrangements nach der Methode „Spielen mit
Musik“ die Gemeinschaft stärken,
Selbstbewusstsein schulen, Selbstregulation
fördern und die Merksätze verinnerlichen.

Durch Schauspiel die Themen mit Freude und
Humor nahebringen

Mit einem bewegten Training bringen wir erst
den Körper und dann den Geist in Schwung.
Bewegung im Körper schafft Bewegung im Kopf.



Ziele für die Kinder:

- Wir – eine Gemeinschaft vom Ich über das Du zum Wir!
- Handlungsmöglichkeiten im Umgang mit Konflikten
- Sicheres Auftreten
- Klare Ausdrucksweise
- Emotionen und Bedürfnisse erkennen und äußern
- Individualität und Gemeinschaft
- Empathie und innere Ruhe
- Eigenmotivation um Ziele zu erreichen
- Selbstwirksamkeit erfahren
- Innere Stärke als eigene Kraft nutzen

Ich teile die Vision von „Stark auch ohne
Muckis“ Mobbing in Liebe und Achtsamkeit
zu verwandeln.