

ELTERNINFORMATION ZUM KURSSTART „HELDENSCHMIEDE“



Liebe Eltern,

in den kommenden Wochen darf Ihr Kind Teil des Kurses „Heldenschmiede“ sein. Der Schulalltag in den höheren Grundschulklassen wird komplexer: Freundschaften verändern sich und neue soziale Herausforderungen entstehen. In diesem Training, das auf dem bewährten Konzept von „Stark auch ohne Muckis®“ basiert, lernen die Kinder spielerisch und altersgerecht, wie sie ihre mentale Widerstandskraft stärken und schwierigen Situationen mit Klarheit begegnen.

In meinem Kurs lernen die Kinder:

- » selbstbewusst für sich einzustehen und klare Grenzen zu setzen
- » die eigenen Grenzen sowie die Grenzen anderer zu akzeptieren und zu respektieren
- » respektvoll, empathisch und wertschätzend mit anderen umzugehen
- » in herausfordernden Momenten ruhig zu bleiben und richtig Hilfe zu holen
- » Konflikte frühzeitig zu erkennen und gezielt gewaltfrei zu entschärfen
- » sicher und souverän auf Provokationen oder Beleidigungen zu reagieren
- » eigene Gefühle besser zu verstehen, zu regulieren und mentale Stärke zu entwickeln

Stark sein bedeutet bei der Heldenschmiede:

mutig für sich einzustehen und Lösungen zu finden, ohne andere zu verletzen.

In diesem Kurs arbeiten wir ohne Beschämen, ohne Täter- oder Opferrollen. Mit viel Bewegung, Interaktion und kurzen Rollenspielen trainieren wir direkt die Situationen, die den Kindern im aktuellen Schulalltag begegnen.

Was können Sie als Eltern tun?

- » Hören Sie aufmerksam zu, wenn Ihr Kind vom Kurs erzählt.
- » Ermutigen Sie Ihr Kind, klare Grenzen zu zeigen und zu benennen.
- » Vermitteln Sie: Hilfe holen ist kein Petzen, sondern mutig.

Gemeinsam können wir die Kinder dabei unterstützen, **selbstbewusst** durch die Schulzeit zu gehen, **empathisch** ihren eigenen Weg zu finden und im Umgang mit anderen **sicher zu agieren**.

