



DER MUT, DER IN DIR STECKT

Ein Projekt zur Stärkung positiver Gedanken, Selbstwahrnehmung und innerer Sicherheit in der Grundschule (ab Klasse 2)

Nina Schopenhauer
& Christine Gasser



ÜBER UNS

DIE KÖPFE HINTER DEM PROJEKT

Wir, Christine Gasser und Nina Schopenhauer, sind ein einzigartiges Expertinnen-Team, das pädagogisches Know-how mit ganzheitlicher Persönlichkeitsbildung und innovativer Bildungsarbeit verbindet.

Christine Gasser



Christine Gasser ist Erziehungswissenschaftlerin, Kompetenztrainerin und Expertin für mentale Gesundheit, Resilienz und Potenzialentfaltung. Mit Weiterbildungen in psychologischer Gesprächsführung und als Glaubenssatzexpertin kombiniert sie wissenschaftlich fundierte Methoden mit praxisorientierten Strategien, um Menschen zu helfen, ihre inneren Ressourcen zu aktivieren und selbstbestimmt zu handeln. Ihr Fokus liegt auf der ganzheitlichen Stärkung von Kindern und Erwachsenen, um diese zu befähigen, Herausforderungen mit Klarheit und Selbstbewusstsein zu meistern.



Nina Schopenhauer

Nina Schopenhauer ist Diplom-Handelspädagogin, Berufsschullehrerin, Lerncoach und langjährige Lernbegleiterin an einer freien Schule. Sie entwickelt Konzepte für bewusste Klassenführung und gibt Lehrerfortbildungen zu Potenzialentfaltung und Empowerment. Darüber hinaus engagiert sie sich für die Stärkung von Kindern und Jugendlichen, etwa durch Begegnungsabende für Eltern von Mobbingbetroffenen Kindern. Mit ihrem Podcast gibt sie Impulse für nachhaltige Bildungsansätze und Persönlichkeitsentwicklung. Als dreifache Mutter bringt sie nicht nur pädagogische Expertise, sondern auch wertvolle Alltagserfahrung aus der Perspektive von Familien mit.



DAS PROJEKT



DER MUT, DER IN DIR STECKT

STARK WERDEN. STARK BEGLEITEN.

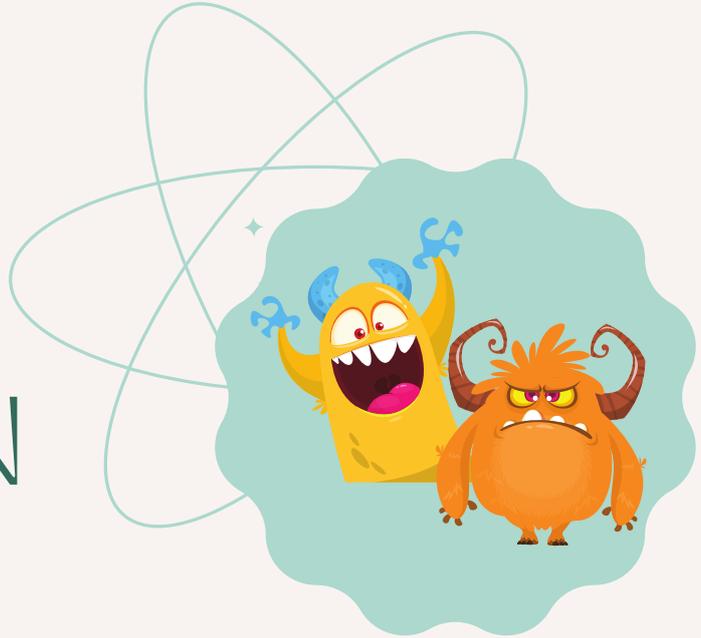
Mit dem Schuleintritt beginnt für jedes Kind ein neuer Lebensabschnitt - voller Entdeckungen, neuer Beziehungen und wachsender Anforderungen. Spätestens ab der zweiten Klasse erleben viele Kinder bewusst, dass Leistung verglichen, bewertet und beobachtet wird. Erste Glaubenssätze wie „Ich bin nicht so gut wie die anderen“ oder „Ich darf keine Fehler machen“ setzen sich fest.

Der Druck, Erwartungen zu erfüllen - sei es von außen oder selbst auferlegt - kann dazu führen, dass Kinder sich innerlich zurückziehen, in ihren Fähigkeiten zweifeln oder in Stress geraten.

In genau dieser sensiblen Phase setzen wir an:

Unser Projekt sensibilisiert Kinder frühzeitig für ihre inneren Antreiber, Gedanken und Gefühle - liebevoll personifiziert durch unsere beiden Charaktere Lumio und Grummelix.

AUF EINEN BLICK:



Unser Angebot stärkt die **Selbstwahrnehmung** der Kinder und fördert ihre **emotionale Resilienz**. Sie lernen, ihre inneren Gedanken und Gefühle bewusst wahrzunehmen und in herausfordernden Situationen mit mehr **Ruhe** und **Gelassenheit** zu reagieren. Dies trägt zur Förderung des **Selbstbewusstseins** bei und hilft, **Fehler als Lernchance** zu begreifen.

Wichtige Vorteile für die Kinder:

- Stärkung der emotionalen und sozialen Kompetenz
- Mehr Selbstvertrauen und Handlungsspielraum
- Bewusstes Wahrnehmen von inneren Stimmen (z.B. Selbstzweifel, Ängste)
- Förderung einer positiven Klassengemeinschaft

Warum Grundschulen uns buchen sollten:

- Praktische Methoden für den Schulalltag zur Förderung von Resilienz und Selbstbewusstsein
- Langfristige positive Auswirkungen auf das emotionale Wohlbefinden der Kinder
- Erhöhung der Klassenharmonie und sozialen Zusammenarbeit
- Ergänzende Lehrkraftfortbildung für eine nachhaltige Kompetenzstärkung



ECKDATEN

Zielgruppe

Schüler:innen ab der 2. Klasse (Altersgruppe ca. 7-10 Jahre)
Das Projekt ist geeignet für Regelklassen, Förderklassen oder im Rahmen sozial-emotionaler Förderung.

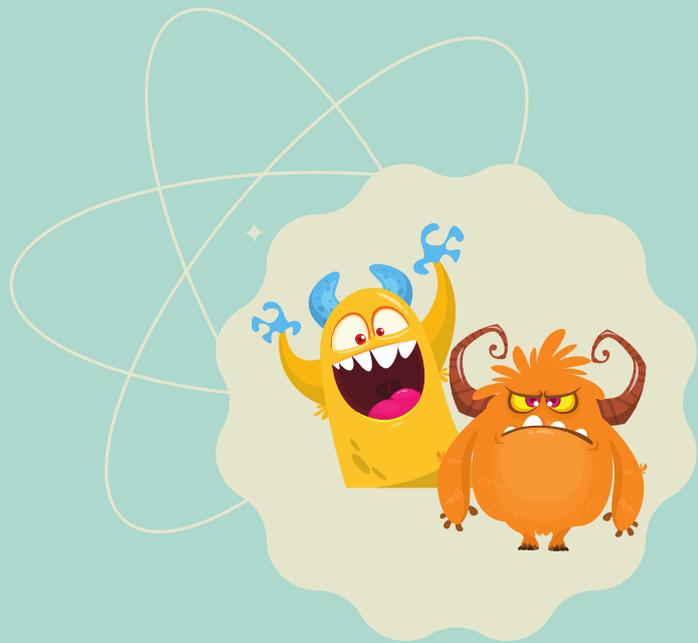
Projektstruktur & Dauer

Dauer pro Durchlauf: ca. 2,5-3 Zeitstunden (z. B. ein Vormittag oder Projekthalbtag)

Anzahl der Kinder: 15-30 Kinder

Ergänzend zum Kinderprojekt bieten wir eine ca. 2 stündige, praxisnahe Impulsfortbildung für Lehrkräfte an, die die Inhalte vertieft, die hinter dem Konzept stehen - klar, alltagstauglich und mit direkt nutzbaren Methoden.





INHALT

Das Projekt kann sowohl präventiv als Sozialtraining eingesetzt werden, als auch zur Stärkung der Klassengemeinschaft oder als individuelle Förderung sozial-emotionaler Kompetenzen.

Wir vermitteln den Kindern auf spielerische, stärkende Weise:

- dass Gedanken kommen und gehen dürfen,
- dass sie nicht alles glauben müssen, was ihre innere Stimme sagt,
- und dass sie trotz Unsicherheit oder Angst handlungsfähig bleiben können.

Denn Kinder, die früh lernen, ihre Gedanken bewusst wahrzunehmen und nicht automatisch mit ihnen zu verschmelzen, entwickeln eine gesunde emotionale Resilienz, ein stabiles Selbstbild und das Vertrauen: „Ich bin gut, so wie ich bin.“

Unser Projekt schafft eine Grundlage für mehr innere Ruhe, Selbstannahme und ein gestärktes Miteinander im Klassenraum.



DEN SCHRITT WEITER MACHEN ...



Ergänzend zum Kinderprojekt bieten wir eine praxisnahe Impulsfortbildung für Lehrkräfte an, die die Inhalte vertieft, die hinter dem Konzept stehen - klar, alltagstauglich und mit direkt nutzbaren Methoden.

Ziel ist es, Lehrkräfte dafür zu sensibilisieren:

- wie innere Antreiber und kindliche Selbstzweifel im Schulalltag wirken können,
- wie man als Lehrperson einen Raum schafft, in dem Kinder sich sicher fühlen, Fehler machen dürfen und sich zeigen können,
- und wie sie die Impulse aus dem Projekt nachhaltig im Unterricht begleiten können.

Die Fortbildung liefert:

- eine verständliche Einführung in das Konzept von Lumio & Grummelix,
- konkrete Übungen und Reflexionsfragen zur Anwendung im Klassenalltag,
- Impulse zur sprachlichen Begleitung von Emotionen und Gedanken bei Kindern,
- sowie Materialien zur Vertiefung und Wiederaufnahme im späteren Verlauf.

So kann aus einem Projekttag ein nachhaltiger Prozess werden, der Kinder stärkt.



NEUGIERIG?

Wir freuen uns auf den Austausch!

Sie haben Fragen zum Projekt, möchten mehr über die Inhalte erfahren oder direkt einen Termin anfragen?

Dann melden Sie sich gerne bei uns - wir freuen uns auf Ihre Nachricht!

Gemeinsam finden wir das passende Format für Ihre Schule - ob Projekttag, Workshop-Reihe oder Impulsveranstaltung.

Kontakt

-  Nach Terminvereinbarung beraten wir Sie gerne individuell.
-  Starkes.Schulprojekt@email.de
-  www.Schulprojekt_dermutderindirsteckt.de

Wir - Christine Gasser & Nina Schopenhauer - freuen uns darauf, mit Ihnen gemeinsam Kinder zu stärken, Lehrkräfte zu inspirieren und Schule ein Stück bewusster zu gestalten.