

STARK

auch ohne Muckis.

IHRE KINDER LERNEN KONFLIKTE
SELBSTSICHER ZU KLÄREN, OHNE
GEWALT UND PROVOKATIONEN, SODASS
SIE STARK IN IHRE ZUKUNFT GEHEN.



www.feilmeier.starkauchohnemuckis.de

STARK 
auch ohne Muckis.

„So ein Training sollte in den Regelunterricht aufgenommen werden. Vergleichen kann ich ihr Seminar nur mit der Schultour von Christian Bischoff – Redner, Persönlichkeitstrainer. Machen Sie unbedingt weiter!“

*Deutsch-Lehrer 5 - 10. Klasse,
Realschule Freyung*





HALLO LIEBES TEAM,

vielen lieben Dank für Ihr Interesse. Es freut mich sehr, dass auch Sie zu den Einrichtungen gehören, die hinsehen, sodass Kinder nachhaltig für Konflikt- und Gewaltsituationen gestärkt werden. Denn schätzungsweise jedes 3. Kind macht in den ersten Schuljahren negative Erfahrungen mit überfordern- den Konfliktsituationen.

Diese Erfahrungen können sich im schlimmsten Fall negativ auf die weitere Entwicklung der Kinder aus- wirken. Ich denke, dass diese Zahl viel zu hoch ist und wir gemeinsam daran arbeiten müssen, diese zu minimieren. Im schlimmsten Fall können sich ne- gative Glaubenssätze in der Seele manifestieren und ich weiß aus eigener Erfahrung, dass es sehr viel Ar- beit ist, diese wieder los zu werden, um dann glück- lich leben zu können.

Es gucken schon zu viele Leute weg. Lassen Sie uns hinsehen und etwas ändern!

Oft werde ich gefragt, warum ich das alles mache. Ich selbst war Mobbing-Opfer im Erwachsenenalter.

Als Kind ist mir sowas nicht passiert, aber jetzt weiß ich, warum ich so leicht zum Opfer wurde. Ich war oft der Meinung, dass ich an allem schuld sei.

Vom Opfer wäre ich fast zum Täter geworden. Mein Glück war, dass durch meinen ersten Mentor, den ich im Jahr 2013 getroffen habe, alles eine gute Wende nahm. Ich steigerte mein Selbstwertgefühl und wuchs über mich selbst hinaus.

Meine Menschenkenntnis und Feinfühligkeit ma- chen mich zu einer außergewöhnlichen Trainerin und ich helfe heute Kindern, lieber groß zu träu- men, anstatt klein zu denken.

Mein Ziel ist es, dass Kinder mit Liebe und Freu- de durch ihr Leben gehen und eine unbeschwerte Kindheit genießen können.

Bisher habe ich schon mit weit über 2.000 Kindern und Eltern gearbeitet und ein Kinderbuch erfolg- reich veröffentlicht.

Liebe Grüße,

Karin Feilmeier

Karin Feilmeier

MEHR SICHERHEIT FÜR KINDER!

Jedes 3. Kind wird in den ersten 4 Schuljahren Opfer von Gewalt, Mobbing oder überfordernden Konfliktsituationen. Lassen Sie uns für mehr Sicherheit sorgen. Für eine gesunde Zukunft unserer Kinder.

„Sie bieten eine extrem hohe Qualität und neuartige Herangehensweise. Die Reaktionen meiner Klasse hat deutlich gemacht, wie gut das Seminar war. Habe ich im Schul- und Bildungsbereich so noch nie erlebt.“
Lehrerin 7. Klasse, Weiterführende Schule

„Stark auch ohne Muckis“ ist ein Training für Kindergärten, Grundschulen und weiterführende Schulen, welches aus der Praxis für die Praxis entwickelt und seit 2004 international in verschiedenen Einrichtungen, mit über 40.000 Kindern, durchgeführt wurde.

DAS HABEN SIE VON

EINER ZUSAMMENARBEIT

MIT MIR!

EINEN GUTEN RUF, WEIT ÜBER DIE TORGRENZEN HINAUS.

„Stark auch ohne Muckis“ ist laut Aussagen unserer Kunden das beste Training, welches sie je erlebt haben. Das spricht sich rum und macht Ihre Einrichtung noch interessanter für engagierte Eltern, die bereit sind sich aktiv zu beteiligen.

Weiterhin können Sie dieses Training wunderbar für die Öffentlichkeitsarbeit nutzen.

DAS HABEN DIE KINDER DAVON! MEHR SICHERHEIT IM ALLTAG.

Ihre Kinder werden durch das Training widerstandsfähiger und selbstsicherer in ihrer Kommunikation und ihrem Auftreten, sodass Sie als Eltern, ErzieherInnen oder LehrerInnen sicher sein können, dass Ihre Kinder auch mit schwierigen Situationen gut umgehen können. Das wird sich positiv auf den Alltag, aber vor allem auch auf den weiteren Lebensweg Ihrer Kinder auswirken.

MEHR RESPEKT UND SOMIT EIN HÖHERES WOHLBEFINDEN.

Ihre Kinder werden lernen, respektvoller miteinander umzugehen, was dazu führt, dass Streitereien minimiert werden und somit die allgemeine Stimmung bei allen Beteiligten hoch ist und bleibt.

Denn die stärkste Grenze, die ein Kind setzt, ist nur so stark, wie sein Gegenüber die Fähigkeit besitzt sie zu respektieren.

MEHR KLARHEIT, FÜR EINE GESUNDE ZUKUNFT.

Ihre Kinder werden ihre eigenen Grenzen klarer wahrnehmen lernen und somit selber erkennen können, was gut und gesund für sie ist, um selbstbewusst Abstand von schädlichen Dingen zu nehmen.



„Dieses Programm knüpft direkt an die Lebenswirklichkeit der Kinder an. Sie lernen direkt anwendbare Strategien/Verhaltensweisen/Reaktionsmöglichkeiten, um entsprechend zu agieren/reagieren. Die Kinder werden in ihren Gefühlen und mit ihren Erfahrungen sehr ernst genommen und haben eine hohe Motivation. Auch wir Lehrer reflektieren unser Verhalten, durch die Impulse.“

Julia Fritsch, Grundschullehrerin

9 GRÜNDE FÜR STARK

AUCH OHNE MUCKIS



1. Sie haben maximale Sicherheit, dass Sie eine hohe pädagogische und didaktische Qualität erhalten.

„Die einzelnen Kurseinheiten, sowohl der Elternabend waren sehr gut durchdacht und lieferten eine Menge an Lerninhalten, die die Kinder begeistert mit Leben füllten. Schon in den Pausen konnte man eine Veränderung der Kinder feststellen. Die anschließenden Reflexionsgespräche waren sehr konkret und aufschlussreich.“

Kindergarten-Leitung

2. Sie erfahren mehr Respekt im Schulalltag. Ihre Kinder werden durch die Kurse sensibler für die eigenen sowie die Grenzen anderer. Es entsteht so ein respektvollerer Umgang untereinander.

„Ich war sehr überrascht, dass schon während des Kurses die „Opfer/Täter“ aufgefallen sind. Zwei Monate nach dem Kurs kann ich sagen, dass der Zusammenhalt der Klasse sich enorm verbessert hat. Das habe ich mir als Klassenlehrer, und auch die Schüler, gewünscht. Dass so eine angenehme Gesamtsituation eintritt freut uns sehr.

Allgemein hat sich die Gruppenbildung aufgelöst und die Außenseiter sind nun voll in die Klasse integriert. Meiner Meinung nach, ist das das beste Training das man Schülern anbieten kann. Bitte machen Sie weiter!!!“

Lehrer 6. Klasse, Weiterführende Schule

3. Sie erhöhen die positive Stimmung in Ihrer Einrichtung. Ihr Team wird dazu motiviert Tag für Tag über sich hinauszuwachsen, greifen die Ideen von Karin auf und integrieren diese in den Alltag. Stress wird reduziert und die Stimmung steigt.

„Unsere Erzieherinnen haben immer wieder "AHA Erlebnisse", so erleben sie die Kinder in einem anderen Kontext, anderer Gruppenkonstellation und mit einem anderen Gruppenleiter.“

Kindergarten-Leitung

4. Sie erhalten ein ganzheitliches Konzept. Mit diesem erreichen Sie alle Kinder. Sowohl die eher starken, als auch die vermeintlich schwächeren.

„Durch verschiedene Methoden erreicht sie auch das schüchternste Kind in der Gruppe. Am Ende des Kurses haben die Kinder gelernt, eigene Grenzen zu setzen und die Grenzen anderer zu akzeptieren.“

Isabella Schrank, Leitung Evan. Kita

5. Sie als Einrichtung erhalten den Dank und das Lob der Eltern. Machen Sie sich über die „Zaungrenze“ hinaus bekannt und empfehlen Sie sich noch gezielter anderen bzw. zukünftigen Eltern.

„Die ganze Familie hat mittlerweile was vom Kurs gelernt. Die aufrechte Körperhaltung, die klaren Worte und dass wir dem Gegenüber in die Augen schauen. Am besten bleibt unserem Sohn das Tiermodell im Gedächtnis und wir erinnern uns immer gegenseitig daran, dass wir nur noch Löwen sein wollen und auf keinen Fall eine nervige Mücke oder ein beleidigtes Schaf.“

Silvia Schichl, Mama von Konstantin, Grundschule

6. Sie erhalten Nachhaltigkeit. Sie bekommen eine zielführende Elternansprache, sodass auch die Eltern das Thema Selbstbehauptung und Konfliktfähigkeit konkreter angehen können.



„Es war ein toller Vormittag der äußerst abwechslungsreich war. Deine natürliche und offene Art war der Türöffner zu den Kindern. Die Kinder wurden dort abgeholt, wo sie standen. Jedes Kind wurde „gesehen.““

Lehrerin 7. Klasse, Weiterführende Schule

7. Sie erhalten Spaß mit sicherheitsrelevantem Mehrwert. Sie bekommen einen Kurs bzw. ein Projekt, welches das sehr ernste Thema Konfliktbewältigung für die Kinder spielerisch und mit Leichtigkeit aufarbeitet.

„Du hast die Probleme der Kinder genau getroffen. Man sah die Dankbarkeit in ihren Augen, dass sie ernst genommen worden sind. Mit Witz und viel Charme haben die Kinder unbewusst was sehr Wichtiges gelernt.“

Lehrerin 7. Klasse, Weiterführende Schule

8. Große Veränderung in kürzester Zeit. Als außenstehende Person erhält Daniel eine andere Art von Aufmerksamkeit. Botschaften, die auch Sie Ihren Kindern sagen, kommen dadurch noch verstärkter an. Dieser Kurs ist die perfekte Ergänzung zu Ihrer

pädagogischen Arbeit.

„Karin kam mit ihrer klaren und kindgerechten Ansprache bei den Kindern sehr gut an. Mein Kind sagte, du musst unbedingt zum Elternabend von Karin gehen. Du hast das geschafft, was ich mir als Mama vorgenommen habe, dass ich ihr vermittele, bzgl. Beleidigungen und die Reaktion darauf. Meine Antwort war: „Skifahren lernt auch der Skilehrer und schwimmen lernt der Schwimmlehrer!“ „Mobbing-Prävention lernt Karin,“. Kleine Übungen – große Wirkung. Sehr sinnvoll.“

Mama, Kind 3. Klasse

9. Sie erhalten neue Impulse für Ihre pädagogische Arbeit. Sie bekommen die Chance Ihre Kinder in einer anderen Konstellation und Situation zu beobachten.

„Der Elternabend gefiel allen Eltern sehr gut und hat wohl auch bei vielen zum Nachdenken bzw. Überdenken des eigenen Tuns angeregt. Besonders das Erziehungsmodell hat den Eltern den Spiegel vorgehalten.“

Daniela Stolle, Kita Leitung

KARIN FEILMEIER

WERDE LÖWENSTARK!

PROFIL

Karin Feilmeier war selbst ein Mobbing-Opfer im Erwachsenenalter und in der Vergangenheit litt sie an dem Gedanken, schuld an allem zu sein. Im Jahr 2013 traf sie ihren ersten Mentor, durch den sie ihren Selbstwert steigerte. Daraufhin wuchs sie über sich hinaus.

Ihre Menschenkenntnis und Feinfühligkeit machen sie zu einer außergewöhnlichen Trainerin, die heute Kindern hilft, lieber groß zu träumen, als klein zu denken. Sie treibt eine Vision an. Menschen frühzeitig dabei zu unterstützen, auf sich selber zu vertrauen und Grenzen zu setzen, damit diese nicht dasselbe erleben müssen wie sie. Damit sie stark in ihre Zukunft gehen. Sich vor Gewalt schützen können, um nicht zum Opfer oder selber zum Täter zu werden.

Kinder sind es wert, dass sie in diesem Bereich professionell und gezielt unterstützt werden.

Karin Feilmeier ist Mutter von zwei Jungs, FamilienTeam-Trainerin und Asgodom-Coach mit Zertifikat, Autorin und selbstständiger PARTNER von Stark auch ohne Muckis. Ihr erstes Buch befindet sich gerade in der 2. Auflage und ihr aktuelles Buch „Glaube nicht alles was du denkst“ wird im Februar 2022 auf den Markt kommen.



LASSEN SIE UNS MITEINANDER SPRECHEN

Schicken Sie mir bitte eine Anfrage mit ihren Kontaktdaten per E-Mail an:

feilmeier@stark-auch-ohne-muckis.de

ANSCHRIFT:

Karin Feilmeier,
Hans-Günther-Straße 15,
94051 Hauzenberg,
Telefon: 0170 / 415 10 41





KINDERSTIMMEN!

„Du hast mir gezeigt, wie mir mein Schutzschild helfen kann, wenn Jemand gemein zu mir ist!“

Vorschulkind

„Der Kurs war enorm hilfreich. Wir haben sehr viel gelernt, wie man gegen Beleidigungen reagieren kann. Es herrscht nun eine sehr angenehme Stimmung in der Klasse. Der Zusammenhalt der Klasse ist endlich da und wir können unseren weiteren Weg als Gemeinschaft gehen.“

Kind 6. Klasse

„Ich glaube jetzt nicht mehr das, wenn mir Jemand im Chat schreibt, dass ich dick bin. Weil ich weiß, dass die Andere neidisch ist, weil ich z.B. besser Tennis spielen kann oder ich schöne lange Haar habe. Die „Macht der Gedanken“ haben mir gezeigt, dass ich viel mit den positiven Gedanken steuern kann.“

Kind 8. Klasse

„Spielerisch und mit viel Humor hast du uns gezeigt, wie man richtig gegen Mobbing reagieren kann und

zwar ohne Gewalt und zurück beleidigen. Die Rollenspiele waren für mich das Beste. Jetzt weiß ich auch, dass ich als Mit-Täter oder Zuschauer dem Opfer schaden kann.“

Kind 6. Klasse

„Ich habe heute bemerkt, dass ich nicht mehr so gemein sein darf! Krass, wenn man mal die andere Seite „erleben muss.“

16-jähriger Junge, Kinderheim

„Vielen Dank, dass du heute bei uns gewesen bist und uns ein Stück weit in ein besseres Leben begleitet hast. „Meine Aussagen sind klar wie Diamanten!“ Durch diesen Satz kann ich meine Grenzen klar kommunizieren.“

14-jähriger Junge, Kinderheim

„Eigentlich dachte ich, dass es ein richtig langweiliger Vortrag wird aber ich merkte schon nach kurzer Zeit, dass dies ein einschneidendes Erlebnis für mich persönlich war.

Auszubildende Kinderklinik



ELTERNSTIMMEN!

„Liebe Karin!
Du leistest wundervolle Arbeit. Eben hatte ich wieder ein Gespräch mit der Schulpsychologin und ich habe ein paar Mal erwähnt, wie wundervoll das Einzel-Coaching mit unserem Sohn funktioniert hat. Viele haben ihn als ADHS-Patient abgestempelt aber DU hast an ihn geglaubt und das hat er gespürt. Er will „der Löwe sein kann – denn in der Ruhe liegt die Kraft!“ Er sagt immer: „Ich will mutig aussehen und ja keine Mücke oder Schaf mehr sein.“ Deine Vorträge sind klar und offen.“

Eine Familie

„Dein Elternabend hat mir die Augen geöffnet. Du hast den „Gedanken-Wirkungskreis“ sehr anschaulich erklärt.

Die negativen Gedanken können schlimmes Kopf-Kino anrichten und es ist so einfach, wenn man nicht alles glaubt, was man denkt. Man braucht nur wissen, wie das geht. Jeder kann sich von „deinem Frühstücksbuffet“ nehmen was er braucht. Vielen lieben Dank “

Zweifache Mama



STARK

auch ohne Muckis.

Seit 2013 unterstützt Karin Feilmeier Eltern und Kinder vor Konfliktsituationen. Gleichzeitig sorgt sie dafür, dass diese durch die erlernten Inhalte täglich über sich hinauswachsen und respektvoller miteinander umgehen. Ihre Trainings sind gewissenhaft, humorvoll und mitreißend. Sie ist Familien-Team-Trainerin und Asgodom-Coach mit Zertifikat und selbstständiger PARTNER von Stark auch ohne Muckis, Mutter von zwei Jungs und Autorin von ihrem ersten Kinderbuch „Du bist etwas Besonderes.“

 www.facebook.com/KarinFeilmeierPartnervonStarkauchohneMuckis

 WERDE LÖWENSTARK der Podcast



WIR FREUEN UNS AUF SIE!

Telefon: 0170 / 415 10 41
feilmeier@stark-auch-ohne-muckis.de