



## Das Selbstwertgefühl von Kindern stärken

Ein familylab Vortrag von Caroline Märki



Ein gesundes Selbstwertgefühl ist der wirksamste Abwehrmechanismus gegen Schikanen, Mobbing, körperliche Gewalt und persönliche Kritik.

Jesper Juul

Dieser Vortrag ist eine Einführung in die Begriffe „Selbstvertrauen“ und „Selbstwertgefühl“. Das Selbstwertgefühl entscheidet sehr über die Qualität unseres Lebens. Im Weiteren ist ein gesundes Selbstwertgefühl das Fundament für das Lernen und hilft Schwierigkeiten im Alltag besser zu meistern. Hilfreich für die Stärkung des Selbstwertgefühls sind Familienwerte, Anerkennung und Vertrauen. Was steckt hinter diesen Begriffen und wie können sie im Familienalltag gelebt werden?

### Inhalt

- Selbstvertrauen/Selbstwertgefühl
- Integrität
- Anerkennung und Lob
- Gleichwürdigkeit
- Verantwortung
- Kind als kompetentes und kooperierendes Gegenüber

**Datum, Zeit**            **04. April 2018, 19.30 Uhr – ca. 21.00 Uhr**  
**Ort**                        **Hirsgarten Saal in Rikon**  
**Eintritt**                 **Fr. 10.00**