

## Selbstwert & Resilienz stärken

Den Selbstwert und die Resilienz der Kinder stärken

Wie können wir das Selbstwertgefühl und die Resilienz unserer Kinder stärken? Wieviel Lob brauchen Kinder? Stärken schwierige Herausforderungen die Resilienz Ihres Kindes, oder was braucht es, um zu einem selbstsicheren und resilienten Erwachsenen heranzuwachsen?

*"Kinder haben kein Bedürfnis Lob zu bekommen. Sie haben das Bedürfnis gesehen und anerkannt zu werden."*

Jesper Juul

Im Kurs **Selbstwert & Resilienz stärken** erfahren Sie, was die Kinder brauchen um ein gesundes Selbstwertgefühl und eine gute Resilienz zu entwickeln. Wie immer bleibt auch genügend Platz für individuelle Fragen aus dem Familienalltag und Austausch mit anderen Eltern.

Leitung: **Martina Winiger**  
bindungsorientierte Paar- und Familientherapeutin  
**Raum Für Beratung & Therapie**



Dauer: 4 h  
Kosten: 100.- CHF pro Person, 150.- CHF pro Paar  
Durchführung mit mind. 5, max. 20 TeilnehmerInnen

Ort: **IBeKO – Institut für Beziehungskompetenz**  
Habsburgerstrasse 16 | 6003 Luzern



Anmelden: [www.bindungs-sicher.ch/Kurse](http://www.bindungs-sicher.ch/Kurse)  
oder [mail@bindungs-sicher.ch](mailto:mail@bindungs-sicher.ch)