

Selbstwertgefühl bei Kindern stärken

„So wie ich bin, bin ich o.k.“

Vortrag für Eltern und Interessierte im **Julius-Leber-Haus**

am 5. März 2026 von 19 – 21 Uhr



© Pixabay

Welche Eltern wünschen sich nicht leistungsstarke, mutige und selbstbewusste Kinder, die ihren Weg gehen, wissen was sie wollen und die sich nicht so leicht verunsichern und beeinflussen lassen?

Heute wissen wir, dass ein intaktes Selbstwertgefühl die beste Voraussetzung ist für ein gutes emotionales Wohlbefinden, um gut lernen und stabile Beziehungen eingehen zu können. Aber wie lässt sich das erreichen? Haben wir als Eltern überhaupt Einfluss darauf? Braucht es dafür bestimmte Fördermaßnahmen (Kurse, Nachhilfe etc.) oder Erziehungsmethoden wie Lob, Kritik, Konsequenzen oder Belehrungen? Oder wirken solche Methoden eher dagegen?

In diesem Vortrag möchte ich genau diesen Fragen auf den Grund gehen und den Unterschied herausarbeiten zwischen Selbstwertgefühl, Selbstvertrauen und Selbstbewusstsein. Dabei orientiere ich mich an der Wertegrundlage des dänischen Familientherapeuten **Jesper Juul**.

Wo: Julius-Leber Haus (AWO), Meistersingerstrasse 50, 45307 Essen

Wann: 05.03.2026 von 19 -21 Uhr

Kosten: gratis

Referentin: Nadine Kempkens – www.nadinekempkens.de

Anmeldung: Mail an: jlh@awo-essen.de oder Tel: 0201-59 12 59

Infos unter: www.elternschule-essen.de

**Die Veranstaltung findet in Kooperation mit der Elternschule Essen,
der AWO und dem Jugendamt der Stadt Essen statt.**

