

Haben Sie Fragen oder wünschen Sie sich Unterstützung, können Sie sich jederzeit an die Erziehungs- und Familienberatungsstellen in Braunschweig wenden.



Erziehungsberatung Domplatz

Domplatz 4
38100 Braunschweig
Telefon: 0531 45616
E-mail: eb-domplatz@b-e-j.de

Erziehungsberatung Jasperallee

Jasperallee 44
38102 Braunschweig
Telefon: 0531 340814
E-mail: eb-jasperallee@b-e-j.de

www.b-e-j.de

Offene Sprechzeiten:
Montag 14–17 Uhr
Mittwoch 16–19 Uhr

Offene Sprechzeiten:
Donnerstag 15–18 Uhr
Freitag 9–11 Uhr

Fotos: Photocase

Erziehungs-, Familien- und Jugendberatung

Braunschweig



Ich schaffe das!

Was macht Kinder stark?

Was macht Kinder stark?

Selbst-Bewusstsein ist wichtig für die seelische Gesundheit und Lebensfreude. Mit dem inneren Zutrauen „Das kann ich gut!“ geht es leichter durchs Leben!

Eine Möglichkeit Kinder zu stärken, ist das „Beschreibende Loben“. Detailliert und gut dosiert motiviert es, dran zu bleiben und Erfolge zu wiederholen! Zeigen Sie dem Kind die einzelnen Schritte bis zum positiven Ergebnis auf und verknüpfen es mit Ihrem guten Gefühl: „Toll, dass du deine Sportsachen gleich aufgehängt und die Schuhe ins Regal gestellt hast. Darüber freue ich mich!“ So lernt das Kind, sich in herausfordernden Situationen selbst zu ermutigen.



Kinder brauchen Zutrauen und Freiräume für eigene Erfahrungen. Auch aus Fehlern und Misserfolgen gewinnen sie Selbstvertrauen! Ein konstruktiver Umgang mit „Fehlern“ sowie gelassene Reaktionen der Eltern bei kleinen „Krisen“ helfen dabei, eigene Problemlösefähigkeiten zu entwickeln: „Was ist schiefgelaufen? Wie kann es besser gehen?“

Durch die gemeinsame Lösungssuche lernt das Kind, schwierige Situationen aktiv allein zu bewältigen und an sich zu glauben.

Die Basis für Selbstbewusstsein ist die Erfahrung, geliebt zu sein. Bedingungslos, so einzigartig wie ich bin. Dafür brauchen Kinder ihre Eltern!

