



## Resilienz: Was Kinder stark macht

Herausforderungen gehören zum Leben eines Kindes dazu. Diese können mit Ängsten verbunden sein, die das Kind fordern oder manchmal auch überfordern. Oft möchten wir Eltern unser Kind vor diesen Unannehmlichkeiten bewahren und beschützen. Das Kind ist jedoch auf diese Herausforderungen angewiesen, um Strategien, Stärken und dadurch Resilienz zu entwickeln. Sie als Eltern können ihr Kind dabei ermutigend begleiten und unterstützen, damit es daran wächst.

- **Wie können Sie als Eltern das Kind in seiner Widerstandsfähigkeit ermutigend unterstützen?**
- **Was ist hilfreich damit sich das Kind sicher fühlt und seine Ängste reduziert werden können?**

Erfahren Sie wie sie den Selbstwert, den Mut und das Verantwortungsgefühl des Kindes und somit seine Widerstandsfähigkeit stärken können. Sie erhalten an diesem Abend Fachinformationen zum Thema Resilienz und wie Herausforderungen positiv angegangen werden können. Sie setzen sich mit Ihren eigenen Ängsten auseinander und erhalten hilfreiche Unterstützungsmöglichkeiten für den Familienalltag. Zur Begleitung von Kindern im Thema Angst ist eine vertrauensvolle Beziehung zwischen Eltern und Kind unerlässlich. Dies führt zu mehr Sicherheit, Gelassenheit und Freude in Ihrem Familienalltag.

---

### Für

Offen für alle interessierten Eltern

### Wann

Dienstag: 02.05.2023  
19.30 – 21.30 Uhr

### Türkollekte

**Anmeldung bis am 31.5.23**

an [elternmitwirkung@schule-ettiswil.ch](mailto:elternmitwirkung@schule-ettiswil.ch)

auch spontan Entschlossene sind herzlich willkommen!

### Wo

Sigristhaus Ettiswil

### Veranstalter

ElternMitWirkung Schule Ettiswil

### Referentin

Martina Rüttimann, Psychologische  
Beraterin SGIPA/SGfB

Fachfrau für Mobbingprävention, Ausbilderin Eidg. FA,  
zweifache Mutter und Familienfrau

[www.martinaruettimann.ch](http://www.martinaruettimann.ch)

