

# Selbstwerttraining mit ihrem Kind

- **Stimmschulung** durch Singen, Schreien, lautes Vorlesen
- **Körperhaltungen** ausprobieren und üben
- **„Cool“ bleiben:**  
sich nicht aus der Fassung bringen lassen:  
Atemübungen bzw. Umgang mit schwierigen  
Situationen üben
- **Schlagfertigkeit trainieren:** nach guten  
Antworten suchen und starke Worte üben  
(Hey, hab ich dir was getan? Wie bitte?...)
- **Positive Erfahrungen ermöglichen:**  
durch Hobbys oder dem Erlernen neuer  
Fertigkeiten Begeisterung und Lebensfreude  
wecken