

# ELTERN TREFF

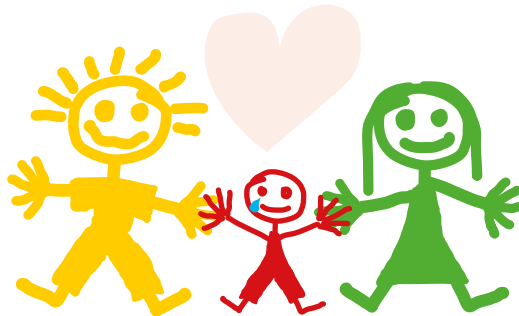
## Inhalte:

Formen von Angst

Das Monster unter dem Bett – was tun?

Hat Angst auch eine positive Seite?

Kann/Soll man Angst verhindern?



## „Keine Angst vor Kindertränen“ – Die Wichtigkeit des Erlernens von Gefühlen

*Mag.<sup>a</sup> Sabine Rühl (Gesundheitspsychologin):* Kindern Halt geben, um einen guten Umgang mit ihren Gefühlen zu erlernen. Kinder müssen erst lernen, mit (kleinen und großen) Gefühlen, mit Wut, Angst und Frustrationen, umzugehen. Eltern sind dabei Übungs- und LernpartnerInnen für diese emotionale Selbsterfahrung - das kann sehr herausfordernd sein. Unsere Aufgabe ist es, unsere Kinder bei dieser Entwicklungsaufgabe zu begleiten, um eine gute Basis für sozial-emotionale Kompetenzen zu schaffen.



### Wo?

Online via Zoom, Durchgeführt von:  
Eltern-Kind-Zentrum Graz



### Anmeldungen:

info@ekiz-graz.at



### Wann?

Mittwoch, 14. 04. 2021  
18:30 – 20:00 Uhr



### Kosten?

Kostenfrei!



Das Land  
Steiermark

→ Bildung, Gesellschaft,  
Gesundheit und Pflege