

gundula göbel

## Die Kraft des Tröstens

### Trost – Emotionale Nahrung fürs Leben

Sie sind mit dieser Broschüre eingeladen auf eine Reise um die Kraft des Tröstens zu entdecken. Kinder werden gestärkt in Beziehungen gehen können, wenn sie von Beginn an angemessenen Trost erfahren und spüren dürfen. Wie kann dieser Trost aussehen? Gibt es zu viel oder falschen Trost? Diesen Fragen werden wir nachgehen.

Es wird verständlich und gut nachvollziehbar beschrieben, warum das Trösten ein besonderes Geschenk an unsere Kinder ist. Angemessener Trost prägt und trägt unsere Kinder ein Leben lang. Niemand reagiert immer optimal, und es muss auch niemand jederzeit perfekt Trost spenden können, aber eine positive, wertschätzende und einfühlsame Haltung Kindern gegenüber ist von großer Bedeutung für eine gute Entwicklung und glückliche Kindheit. Und dieses bedeutet auch: Damit wir unsere Kinder gut versorgen und trösten können, müssen wir zunächst einmal eine Person besonders versorgen. Uns selbst!



## Die Kraft des Tröstens

Trost – Emotionale Nahrung fürs Leben



© Copyright: Gundula Göbel Bildungs-UG (haftungsbeschränkt)  
3.Auflage 2021

Das Werk einschließlich aller seiner Grafiken, Fotos und aller weiteren Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwendung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtsgesetzes ist ohne die Zustimmung der Autorin unzulässig und strafbar. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und jede weitere Art der Verarbeitung.

Die Broschüre kann per Mail bestellt werden: [mail@gundula-goebel.de](mailto:mail@gundula-goebel.de)

Text und Konzept:	Gundula Göbel
Gestaltung:	Carl Berzow
Fotos:	© Tanja Berndt, Gundula Göbel