



## Virtueller Elternabend der Lebensberatung Cochem

**Thema: „Mein Körper gehört mir! – Die Sexuelle Entwicklung meines Kindes gut begleiten.“**

Eltern stehen im Alltag immer wieder vor der Frage, wie sie auf bestimmte Verhaltensweisen oder Beobachtungen ihrer Kinder reagieren können. Beispielsweise, wenn Geschwisterkinder sich in der Badewanne sehr intensiv mit ihren Körpern beschäftigen. So werden Eltern bereits sehr früh mit der Sexualität der eigenen Kinder konfrontiert. Sie suchen Nähe, erkunden den eigenen Körper, stellen Fragen über Geburt und Herkunft.

Je nach eigenen Erfahrungen und Einstellungen gehen Eltern ganz unterschiedlich mit bestimmten Themen wie Intimität, Doktorspiele, Nacktheit usw. um. Angesichts eigener Scham, Unklarheiten oder Unsicherheiten kann es zur Herausforderung werden das Kind gut zu begleiten. Für Kinder ist es wichtig zu lernen, die eigenen Bedürfnisse und Wünsche zu erkennen und sich dafür einzusetzen. Auch die Fähigkeit „Nein“ sagen zu lernen, wenn sie etwas nicht möchten, ist zentral.

Eine bejahende Sexualerziehung hilft eigene und andere Grenzen zu respektieren und ein positives Körpergefühl zu entwickeln- Sexualerziehung stellt damit einen wesentlichen Aspekt der Selbstwertentwicklung dar.

Wie können Eltern ihren Kindern da hilfreich sein? Wie können sie ihre Kinder bei der gesunden Entwicklung unterstützen? Inwiefern können Eltern Fragen altersangemessen beantworten?

Mit diesen und ähnlichen Fragen können Eltern sich am **Donnerstag, 21.08.25 um 19.30 Uhr** bei einem virtuellen Vortrag über *zoom* auseinandersetzen.

Referentin:

Esther Thönnies, Psychologin M.Sc., Systemische Therapeutin/Familientherapeutin  
Erziehungs-, Ehe-, Familien- und Lebensberatung Cochem

Anmelden können Sie sich telefonisch oder per Mail bei der Lebensberatung Cochem per Mail an: [sekretariat.lb.cochem@bistum-trier.de](mailto:sekretariat.lb.cochem@bistum-trier.de). Anmeldeschluss ist Mittwoch, 20.08.2025 um 12 Uhr. Der Vortrag ist für Sie kostenfrei. Voraussetzung für eine Teilnahme ist Ihre Anmeldung, ein Medium mit Kamera und Mikrofon sowie eine stabile Internetverbindung.

Sollten Sie dazu noch Fragen haben, rufen Sie uns bitte an Tel.: 02671-7735.

Weitere Informationen über die Beratungsstelle und unsere Angebote finden Sie auch auf [www.cochem.lebensberatung.info](http://www.cochem.lebensberatung.info).