

"Tut Wut gut?"

Umgang mit Aggression und Wut in der Familie

Samstag, 9.3.2019
9.00-12.00 Uhr



Unsere aggressiven Emotionen werden oft dann mobilisiert, wenn wir uns nicht als so wertvoll für einen anderen Menschen empfinden, wie wir es gerne wären.

- Wie begegnen wir der Wut unserer Kinder?
- Wie drücken wir Erwachsenen Wut aus?
- Wie geht es uns dabei?
- Was steckt hinter der Aggression? Was zeigt sie uns?
- Wozu ist Aggression gut?
- Wie können wir lernen uns besser zu regulieren?

Fachlicher Input und Austausch, neue Impulse und Reflexion sind Teil dieses Workshops.

Leitung: Maya Risch, Familienberaterin, familylab
Seminarleiterin, www.mayarisch.ch

Anmeldung: kontakt@mayarisch.ch, 076 428 99 84

Ort: GZ Oerlikon, Spielraum im 2. Stock,
Gubelstrasse 10, 8050 Zürich

Kosten: Fr. 70.-/Einzelperson, 120.-/Paar