

"Tut Wut gut?" – 2x2 Stunden Workshop

Weil wir glauben oder erlebt haben, dass Aggression zu Gewalt führt oder weil wir andere schmerzhaft Erfahrungen mit dem Ausdrücken von Wut gemacht haben, lassen wir sie nur ungenutzt zu und tun uns schwer damit, einen adäquaten Umgang mit der Wut unserer Kinder und unserer eigenen Aggression zu finden.

An diesem Workshop erhältst Du Anregungen dafür wie Du gelassener auf die Wutausbrüche Deines Kindes reagieren kannst. Wir beschäftigen uns damit, welche wichtigen Aufgaben Aggression im menschlichen Dasein erfüllt. Ich vermittele Wissen und wir setzen uns in der Gruppe mit folgenden Fragen auseinander:

- Wie können wir der Wut unserer Kinder konstruktiv begegnen?
- Wie drücken wir Erwachsenen dieses oft schwierige und wichtige Gefühl aus?
- Wie geht es uns dabei?
- Was steckt hinter der Aggression?
- Was zeigt sie uns?
- Wozu ist Wut gut?

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

Am ersten Abend steht mehr die Wissensvermittlung zum Thema Wut und Aggression im Zentrum am zweiten Abend Eure Fragen und persönlichen Situationen, bei denen ihr ansteht.

Für Eltern, Grosseltern und weitere Interessierte

Leitung

[Maya Risch](#), familylab-Seminar-&Elterngruppenleiterin, Familienberaterin, Kindergartenlehrperson, verheiratet und Mutter von zwei Söhnen (2005/2008)

Datum

Dienstag, 1. Und 22. September, 19.30 – 21.30 Uhr

Kosten

CHF 90.00 pro Person

Ort

Praxis für Beziehungskompetenz Rosmarinweg 3, 8057 Zürich-Oerlikon

Anmeldung und Kontakt

mrisch@familylab.ch, www.mayaris.ch, Tel. 076 428 99 84

