

## „Tut Wut gut?“

### Umgang mit Aggression und Wut in der Familie

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](#), familylab-Seminar- & Elterngruppenleiterin, Familienberaterin

#### Datum und Zeit

Samstag, 9. März 2019 von 09.00-12.00 Uhr

#### Ort

Rosmarinweg 3, 8057 Zürich

#### Kosten

CHF 70.00 pro Person / CHF 120.00 pro Paar

#### Anmeldung und Kontakt

[mrisch@familylab.ch](mailto:mrisch@familylab.ch), [www.mayarisch.ch](http://www.mayarisch.ch), 076 428 99 84