

°° Die Kunst, Nein zu sagen

Ein familylab Vortrag für Eltern & Interessierte nach Jesper Juul

Ein klares Nein ist oft die liebevollste Antwort, die wir geben können. Doch warum fällt es Eltern schwer, ohne schlechtes Gewissen Nein zu sagen? Warum sagen Eltern oft Ja, wenn sie Nein meinen? Welche Grenzen sollen Eltern setzen, und wie?

Viele Konflikte in der Familie entstehen, weil ihre Mitglieder nicht in der Lage sind, Nein zu sagen, obwohl sie es möchten. Klar Nein zu sagen, bedeutet vor allem, Ja zu sich selbst zu sagen und für die eigenen Überzeugungen und Werte einzustehen. Die eigenen Grenzen benennen und verteidigen können, ist die wichtigste Kompetenz für Menschen in engen Beziehungen. Nur so bleibt man offen und ehrlich mit sich und den anderen. Leben es Erwachsene vor, machen Kinder diese kostbaren Erfahrungen für ihre Zukunft. Dieser Vortrag richtet sich an alle Eltern, die Ermutigung für ein "authentisches Nein" suchen und Impulse für das Erlernen der "Kunst, Nein zu sagen" wünschen. Am Schluss bleibt noch genügend Zeit für Fragen aus dem Familienalltag und für einen angeregten Austausch.

Datum	Mittwoch, 16. September 2020
Zeit	19.00 – 21.00 Uhr
Kursort	Familienzentrum Bezirk Affoltern, 1. Stock
Teilnehmer	min. 15 / max. 40
Kosten	Mitglieder CHF 35.00 / Nichtmitglieder CHF 45.00
Leitung	Gabriella Steiner, dipl. Gesprächstherapeutin, familylab Seminarleiterin
Anmeldeschluss:	Freitag, 11.09.2020

