

# Meine Grenzen - deine Grenzen

„Hier bin ich – wer bist du?“

## 19. September 2019

### „Kinder suchen keine Grenzen sie wollen Kontakt“

Doch wenn die Kinder keine persönlichen Sätze von den Eltern zu hören bekommen entsteht kein Kontakt. Wie können Eltern ihren Kindern Grenzen setzen ohne damit die Grenzen der Kinder zu verletzen? Und wie können die Eltern ihre eigenen Grenzen erkennen und sie dem Kind mitteilen?

### Inhalt

- Die Wichtigkeit der persönlichen Grenzen
- „Nein“ sagen
- Persönlichen Sprache
- Konflikt zwischen Anpassung und Eigenständigkeit
- Eigenverantwortung



### Leitung

Caroline

Märki-von Zeerleder

Eltern- und Erwachsenenbildnerin mit eidg. FA

Familienberaterin nach Jesper Juul

Mutter von 3 Jugendlichen

### Kosten

CHF 40.-

### Ort und Zeit

Lindenhofrain 6, 8708 Männedorf, familylab Raum  
19.30 – 21.30 h

Für Eltern und Interessierte mit Kindern zwischen  
2 und 12 Jahren.

### Anmeldung

Caroline Märki, [cmaerki@familylab.ch](mailto:cmaerki@familylab.ch)

078 788 38 79