

## Elternkurs „Ich hatte das zuerst!!! Umgang mit Wut in der Familie“

### Streit, Wut, Hilflosigkeit?

Ein Zusammenleben mit anderen Menschen – egal welchen Alters- ist ohne Konflikte nicht möglich. Das Einzige, das wir uns aussuchen können, ist, wie wir uns ihnen gegenüber verhalten wollen, wenn diese aufkommen. Oft verlaufen Konflikte jedoch destruktiv, weil wir Erwachsene in unserer Kindheit selbst keine positiven Erfahrungen machen konnten. An diesem Abend werden neue Perspektiven aufgezeigt, die uns Erwachsenen helfen, Konflikte mit unseren Kindern gelassener anzugehen.

### Beschreibung:

- Warum uns Konflikte hilflos machen
- Wie können wir mit Wut, Aggressionen und anderen Gefühlen einen Umgang finden?
- Wie kann ich Geschwister bei einem Konflikt begleiten?

### Datum

Donnerstag, 21. Februar 2019 19.00-21.00 Uhr

### Ort

Kontaktstelle Eltern und Kinder St. Johann, im LoLa, Lothringerstrasse 63, 1. Stock, 4054 Basel

### Leitung

[Desirée Weber](#), familylab Familienberaterin IGfB (erlebnisorientierte Familientherapie Jesper Juul), familylab Elterngruppen- und Seminarleiterin

### Kosten

CHF 40.- Einzelperson / CHF 70.- Paare

### Anmeldung & Kontakt

[dweber@familylab.ch](mailto:dweber@familylab.ch), <http://www.miteinanderverbunden.ch>

*„Beziehungskompetenz erfordert, dass wir das Gegenüber mit all seinen Gedanken und Empfindungen ernst nehmen, ohne jedoch die Führung zu verlieren.“ Jesper Juul*