

Abenteuer Alltag

... oder was hat Kindererziehung mit Wolf, Schaf und Giraffe zu tun?



Workshop

mit

Sonja Gäng, Business Coach (ACC),
Mentaltraining, Lachyoga
www.sonne-im-herzen.net

und

Nadja Deffert, Dipl. Sozialpädagogin,

STÄRKE

Willkommen im Abenteuer Alltag: Fragt Ihr Euch als Eltern auch, wie es gelingen kann, die unterschiedlichen Bedürfnisse von Kind, Eltern, Partnern, Kindergarten, Schule unter einen Hut zu bringen? Dabei möglichst allen gerecht zu werden? Und auch die persönlichen Wünsche und Bedürfnisse selbstbewusst zu leben, ohne egoistisch zu sein oder ein schlechtes Gewissen zu haben?

In unserem Workshop erhaltet Ihr Einblicke in die gewaltfreie Kommunikation. Zudem wird es ausreichend Gelegenheit geben, die besprochenen Inhalte praktisch zu üben, sich mit anderen Teilnehmern zu Themen aus dem Familienalltag auszutauschen, bisherige Verhaltensweisen zu reflektieren und neue Strategien abzuleiten.

Inhalte

Gewaltfreie Kommunikation, Trotzphase, kindliche Entwicklung, Gelassenheit, Umgang mit Stress & Ärger, Stärken & Ressourcen, Reflexionsteil, Frage-Antwort Runde, Empowerment, Atemübung

Veranstalter

Eltern-Kind Treff e.V.
Oberhausen-Rheinhausen

Samstag, 24. September 2022, 10.00 – 17.00 Uhr

Teilnahmegebühr

10 Euro inklusive Handouts & Skript

Verbindliche Anmeldung

Sonja Gäng, Tel. 0160-5449617, E-Mail: sonnerupp@web.de,
Nadja Deffert, E-Mail: n.deffert@gmx.de



Die Veranstaltung findet unter den aktuellen Coronaregeln statt!