

# **Workshop**

**03.09.2019**

**19.30 – 21.30 Uhr**

Schäferkampsallee 27 1.Stock

## **Umgang mit Ärger, Wut und Zorn**

„Einen Freiraum zwischen Reiz und Reaktion wahrzunehmen und zu gestalten, das wäre großartig“.

Wuttoleranz zu üben, sich von den heftigen Gefühlen eines Gegenübers, auch des eigenen Kindes weder anstecken zu lassen noch zum Mitspieler zu werden, ist keine leichte Übung.

In diesem weiteren Workshop zum Thema “starke Gefühle“ beschäftigen wir uns mit früh gelernten eigenen Mustern und Erweiterung der persönlichen Handlungskompetenz.

Ein Einstieg ist möglich, die anderen Workshops sind keine Voraussetzung und auch kein Hinderungsgrund.

**Wozu dienen diese Gefühle?**

**Was stärkt und was schwächt uns?**

Diesen und Ihren persönlichen Fragen werden wir an diesem Abend nachgehen.

Ich freue mich auf Sie!

**Roswitha Fritsche-Vögtle**

Diplompädagogin- Individualpsychologische Beraterin und Supervisorin DGIP-  
Counselor grad. BVPPT - familylab- SeminarleiterIn

**Anmeldung unter: [Roswitha@Fritsche-Voegtle.de](mailto:Roswitha@Fritsche-Voegtle.de) oder [info@monaddrei.de](mailto:info@monaddrei.de)**

**Kosten: 30 €**