Achtsame Kommunikation im Familienalltag

Wie Eltern und Kinder wieder zueinanderfinden können

„Jetzt räum' doch endlich dein Zimmer auf!", „Immer kann ich alles alleine machen", „Lasst mich in Ruhe", „Ich habe echt keine Lust drauf", ...

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Im Familien- und Erziehungsalltag gibt es immer wieder Situationen, die uns herausfordern: Kinder haben Wutausbrüche, wir selbst sind gestresst, es gibt Konflikte und es entstehen Momente in denen wir uns gerne anders verhalten würden. Mit den Werkzeugen und Haltungen der Gewaltfreien Kommunikation können Sie sowohl mit ihrem Gegenüber als auch mit sich selbst einfühlsamer und wertschätzender umgehen. In der Online-Übungsgruppe lernen Sie über 4 Termine die zentralen Elemente der GfK kennen und üben diese bei ganz konkreten Alltags- und Familiensituationen anzuwenden. Damit ein respektvolles, einfühlsames und wertschätzendes Miteinander gelingen kann!

ONLINE-Übungsgruppe mit

Mag.ª Gabriele Gössnitzer-Gharabaghi

Klinische und Gesundheitspsychologin,
zert. Trainerin für Gewaltfreie Kommunikation des CNVC

Mi,13.10. + 20.10. + 27.10. + 3.11.2021, jeweils 19.30 bis 21 Uhr

Kosten: Für alle 4 Termine gesamt € 25,–
Mit Kärntner Familienkarte € 15,-
(Bitte Kartennummer bei Anmeldung bekannt geben)
Kostenfrei für ehrenamtliche Mitarbeiter*innen des Katholischen Bildungswerks
Überweisung an:
Katholisches Bildungswerk
AT62 3900 0000 0106 6760
Betreff: GfK-Familie

Anmeldung: bis zum 11.10.2021 bei ka.kbw@kath-kirche-kaernten.at

ZOOM-Link und Zugangsdaten werden nach Anmeldeschluss per Mail zugeschickt.

Für Mütter, Väter, Großeltern, Miterziehende und Interessierte

Katholisches Bildungswerk Kärnten • Tarviser Straße 30 • 9020 Klagenfurt a. W. • T 0463 5877 2423 • F 0463 5877 2399
ka.kbw@kath-kirche-kaernten.at • www.kath-kirche-kaernten.at/kbw • www.facebook.com/katholischesbildungswerkkaernten