

Jetzt anmelden unter
hello@hello2grow.com
Teilnehmer*innen Anzahl ist begrenzt

Workshop

Ein interaktives Seminar zum Thema

Emotionen und Grenzen bei Kindern

Für Eltern, Grosseltern sowie Interessenten

Sa. 17.06.2023

09.30 - 16.00 Uhr

Dr. med. Gowsalya Somas

Ärztin, Mutter und Gründerin von
mini-gfühl-und-dini
www.mini-gfuehl-und-dini.ch

Anita Rebronja Goulios

Mutter sowie Gründerin und
Autorin von hello2grow
www.hello2grow.com

Hotel Sedartis in Thalwil

gute Anbindung mit ÖV
direkt am Bahnhof
genügend Parkplätze vorhanden

CHF 98.-

inkl. Kursunterlagen,
Kaffee/Tee/Wasser und
Gipfeli am Morgen.

Wir werden am Samstag, den 17.06.2023 über Gefühle und Emotionen sprechen - wie man sie unterscheidet, aber nicht trennt.

Durch praktische Übungen bestärken wir Sie, ihre eigenen Gefühle und Reaktionen zu erkennen. Und auf das Verhalten des Kindes zu reagieren, um es besser zu unterstützen.

Wir beleuchten, was Grenzen mit unseren eigenen Emotionen zu tun haben und wie wir beides praktisch im Alltag (um)setzen können. Wir ermutigen Sie, eigene Grenzen zu setzen, so dass Sie sich selbst nicht aus den Augen verlieren und sich selbst schützen können. Zudem schauen wir gemeinsam, wie die Kinder - unsereins miteingeschlossen - ein positiveres Selbstbild und ein stärkeres Selbstvertrauen aufbauen können.

Darüberhinaus werden wir uns der Resilienz widmen. Resilienz ist die Fähigkeit, Krisen, Stress und Widrigkeiten zu bewältigen, daraus zu lernen, um Widerstandsfähigkeit zu kultivieren.

Der Workshop bietet eine einfühlsame und achtsame Atmosphäre, damit die Themen tiefgreifend und interaktiv erörtert werden können. Teilnehmer*innen - Anzahl ist begrenzt.

Anmeldung gerne bis 10.06.2023 unter: hello@hello2grow.com

Wir freuen uns auf einen spannenden und lehrreichen Tag mit Ihnen

Herzlichst



Anita Rebronja Goulios
www.hello2grow.com



Gowsalya Somas
www.mini-gfuehl-und-dini.ch