

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 Gösnitzer-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 Kartenummer 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



Abt. 13 – Gesellschaft
und Integration



Katholische Kirche Kärnten
KATOLISKA CERKEV KOROŠKA