

Wut Frust Trotz



Donnerstag,
29. Oktober 2026

Elternbildung

Vortrag zum Thema

„Wut, Frust, Trotz“ Emotionen, Aggressionen...

Emotionen sind ein wichtiger Bestandteil des Lebens.

Wut und Frust im Erziehungsalltag bringen die Eltern immer wieder an ihre Grenzen. Das Bewusstwerden der Emotionen und die Sensibilisierung und Achtsamkeit auf Gefühle können für die ganze Familie eine stärkende Wirkung haben.

Eltern erhalten an diesem Abend Lösungsansätze, wie mit stärkenden und schwächenden Emotionen und Gefühlen im Erziehungsalltag umgegangen werden kann. Sie werden in ihrer Vorbildrolle gestärkt.

Referentin

Margrith Lenz, Elternbildnerin CAS, 9500 Wil
www.aufwachen-307.ch

Wo

Gemeinschaftszentrum trefferei, Unterwasser

Wann

Donnersatg, 29. Oktober 2026
19.30 - 21.30 Uhr

Kosten

Der Anlass ist kostenlos

