



Gordon-Training kompakt Frühling 2022

Möchten Sie sich im Erziehungsalltag klarer und selbstbewusster verhalten? Zur Vorbeugung von Problemen oder zur Lösung von belastenden Situationen? Wirksame Alternativen zu Schimpfen und Strafen kennen lernen und den eigenen Handlungsspielraum erweitern?

Themen

- ✓ Verhaltensrechteck mit Definition vom Problembesitz
- ✓ Kein Problembereich schützen und fördern
- ✓ Wirkungsvolle Grenzen setzen und Nein sagen
- ✓ Aktives zuhören
- ✓ Umgang mit Wertkonflikten

Methoden

- ↪ Theorieinputs Gordon- Modell / klare Kommunikation
- ↪ Reflexion der eigenen Erfahrungen
- ↪ Gruppenaustausch
- ↪ Rollenspiele

Daten Morgen- oder Abendkurs in 5 Kurseinheiten

31. März / 7. April / 5. + 19. Mai / 2. Juni

jeweils von 8.30 bis 11.00 Uhr **oder** 19.30 bis 22.00 Uhr

Maximale Gruppengrösse: 8 Teilnehmende

Leitung / Anmeldung

Helena Weingartner Brunner

Mutter von 3 erwachsenen Söhnen, Grossmama einer Enkeltochter,
Eidg. Dipl. psychosoziale Beraterin

Ausbildungen: Gordon-Training, Erwachsenenbildung, Transaktionsanalyse

Kosten

Fr. 300.- / Fr. 500.- Paare

Für 5 Kurseinheiten

