

RED MA AMOL

UMGANG MIT KRITIK, BELEIDIGUNGEN, ANSCHREIEN & CO

Auch als Erwachsener bedarf es manchmal eines „dicken Fells“, um sich gegen Beleidigungen oder Anfeindungen zu schützen. An diesem Abend werden wir uns in entspannter Atmosphäre darüber austauschen, wie wir mit der Kritik anderer umgehen können, was hinter so manchem Verhalten steckt und welche Strategien hilfreich sind, um mit respektlosen oder verletzenden Äußerungen zurechtzukommen. Wir werden über die Macht unserer Gedanken sprechen und wie sie unseren Tag, unser Handeln und Fühlen beeinflussen. Gemeinsam reflektieren wir, wie sehr es in unseren Köpfen verankert ist, dass die Meinung, die andere von uns haben wichtig ist. Dabei entscheiden wir, was uns (be)trifft und was an uns abprallen kann!

Termin: DI, 18. Feber 2025
19–20.15 Uhr

Ort:
PFARRSAAL ST. EGID
Pfarrhofgasse 4, 9020 Klagenfurt a. W.



Vortrag von:
Elisabeth Mörtl
*Mobbing- und Gewaltpräventionstrainerin,
Selbstbehauptungs- und Resilienztrainerin*

Mit Bewirtung durch das Bierhaus Augustin!

INFORMATIONEN bei Martin Rainer unter 0676 8772 7563

ANMELDUNG ist nicht erforderlich.



Katholische Kirche Kärnten
KATOLISKA CERKEV KOROŠKA



Katholisches
Bildungswerk

St. Egid



QVB
zertifiziert

