

# Die Kunst Nein zu sagen

## Ein Vortrag für Eltern & Interessierte nach Jesper Juul

Viele Konflikte in der Familie entstehen, weil Mitglieder nicht in der Lage sind, Nein zu sagen, obwohl sie es möchten. Klar Nein zu sagen, bedeutet vor allem, Ja zu sich selbst zu sagen und für die eigenen Überzeugungen und Werte einzustehen. Ein klares Nein ist oft die liebevollste Antwort, die wir geben können. Doch warum fällt es uns schwer, ohne schlechtes Gewissen Nein zu sagen? Warum sagen wir oft Ja, wenn wir Nein meinen? Welche Grenzen sollen wir setzen, und wie? Dieser Vortrag richtet sich an alle Eltern, die Ermutigung für ein "authentisches Nein" suchen und Impulse für das Erlernen der "Kunst, Nein zu sagen" wünschen. Am Schluss bleibt noch genügend Zeit für Fragen aus dem Familienalltag und für einen angeregten Austausch.



**Dienstag, 23. Mai 2023**

19.00 - 21.00 Uhr  
Familienzentrum, 1. Stock

CHF 45.00 Mitglieder  
CHF 70.00 Mitgliedspare  
CHF 50.00 Nichtmitglieder  
CHF 75.00 Nichtmitgliedspare

### Leitung

Gabriella Steiner,  
dipl. Gesprächstherapeutin und  
Seminarleiterin

### Anmeldeschluss

Di, 16. Mai 2023

Direkt zur Anmeldung

