

Der Elternrat lädt Sie herzlich zum Vortrag ein:

## "Tut Wut gut?"

Umgang mit Wut und Aggression in der Familie



Wann: 30.01.2024, 19.30 Uhr

Wo: Mehrzweckraum Schule Trüllikon

Unsere aggressiven Emotionen werden oft dann mobilisiert, wenn wir uns nicht als so wertvoll für einen anderen Menschen empfinden, wie wir es gerne wären.

Weil wir glauben oder erlebt haben, dass Aggression zu Gewalt führt oder weil wir andere schmerzhaft Erfahrungen mit dem Ausdrücken von Wut gemacht haben, lassen wir sie nur ungern zu. Oft tun wir uns schwer damit, einen adäquaten Umgang mit der Wut unserer Kinder und unserer eigenen Aggression zu finden. Auf der anderen Seite ist Wut eine Kraft und kann sehr nützlich sein in unserem Leben.

Maya Risch, unsere Referentin ist Familienberaterin, Kindergartenlehrperson und Seminar- und Elterngruppenleiterin von familylab.ch. In ihrem Referat geht sie auf folgende Fragen ein:

- Wozu ist Wut gut?
- Woher kommt Aggression?
- Wie drücken Kinder ihre Aggression aus?
- Wie können wir Eltern mit unserer Wut und jener unserer Kinder umgehen?

Wir freuen uns auf viele Teilnehmer und Teilnehmerinnen

Euer Elternrat

