winterthurer drehtage
Lösungsorientierte Ideen aus der Praxis

27.–30. April 2025

Detailinformationen

ZLB Schweiz
Zentrum für lösungsorientierte Beratung
www.zlb–schweiz.ch

Kurs 22

Mittwoch, 30.4.25, 14.00-16.30 Uhr

Raum: 1.1

Wie regulieren wir Schamgefühle?

Kursinhalt:

Scham ist eine zentrale Emotion, die sowohl zu Aggression als auch zu Vermeidung führt. Der Workshop konzentriert sich auf konkrete Werkzeuge zur Regulierung dieser starken Emotion in Beziehungen.

Chancen für die Teilnehmenden:

Kursleitung

Uri Weinblatt

Die wichtigsten LOA-Elemente in diesem Kurs: