



## Impulsabend **Trennung - Scheidung - Emotionen**



Judith Fleischli  
Coaching & Beratung

Der Impulsabend vom Juni stiess auf reges Interesse. So biete ich diesen Herbst zwei weitere Abende am 27.9.18 und 24.10.18 an.

Ich zeige an diesem Abend auf, wie vordergründig negative Emotionen auch hilfreich sein können. Zudem erfährst du, wie du aus Handlungsmustern raustreten kannst und wir erarbeiten in der Gruppe konkrete Lösungsansätze.

Um was geht es:

Tiefgehende Veränderung im Leben, wie eine Trennung oder Scheidung, können starke Emotionen auslösen. Auch Jahre später können diese Emotionen immer noch hochkommen. Kennst du diese Situationen und wirst dadurch blockiert, nachdenklich/grüblerisch oder in emotionale Gegenangriffe versetzt?

- wie mit Emotionen umgehen: Impulse durch Referentin und Erarbeitung von Hilfsmitteln in der Gruppe
- Emotionen als Chance und Kommunikationskanal wahrnehmen
- Lösungen erkennen

Um was es an diesem Abend *nicht* geht: Einzelschicksale, Probleme erörtern, rechtliche Beratungen

*Emotionen können wie Unkräuter sein: man will sie nicht, sie kommen zum falschen Zeitpunkt am falschen Ort, man will sie bekämpfen... doch sie zeigen Hartnäckigkeit, Überlebenswille und ihr Nutzen erschliesst sich uns - wenn überhaupt - erst im Nachhinein.*

- Wann: 27. September und 24. Oktober 2018, 18.30 - 20.30 Uhr
- Wo: Zähringerstr. 19, 3012 Bern (ca. 7 Gehminuten vom Bahnhof)
- Kosten: CHF 30.-
- [Anmeldung](#) oder 079 617 52 70

Referentin:  
Judith Fleischli  
Coach/Beraterin HEB®, Erwachsenenbildnerin,  
Rechtsanwältin/MLaw, Betriebsökonomin HWV

Impressum:  
Coaching & Beratung Judith Fleischli  
Zähringerstr. 19  
3012 Bern  
[www.Judith-Fleischli.ch](http://www.Judith-Fleischli.ch)

Newsletter [abbestellen](#)