



**Coaching, Rechts- und
Lernberatung
Erwachsenenbildung
Judith Fleischli**

Trennung - Scheidung - Emotionen

Impulsabend in Bern am 21. Juni 2018

Gerade tiefgehende Veränderung im Leben wie eine Trennung oder Scheidung zeigen starke Emotionen. Sind Sie in einer solchen Phase und werden Sie von emotionalen Situationen blockiert, nachdenklich/grüblerisch oder in emotionale Gegenangriffe versetzt?



Ich zeige an diesem Abend auf, wie Emotionen auch hilfreich sein können. Zudem erfahren Sie, wie Sie aus Handlungsmustern raustreten können und wir erarbeiten in der Gruppe konkrete Lösungsansätze.

Um was geht es:

- 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

Wann: 18.30 – 20.30 Uhr

Wo: Zähringerstr. 19, 3012 Bern (ca. 7 Gehminuten vom Bahnhof)

Kosten: CHF 30.-

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

Anmeldung: <https://www.judith-fleischli.ch/aktuell-Impulsabend.html>
079 617 52 70

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.