

Kurs 22



Mittwoch, 30.4.25, 14.00-16.30 Uhr

Raum: offen

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:

