

Kurse im April

Familienbildung
Auer Schulstr. 20
42103 Wuppertal
www.bergische-vhs.de
Anmeldung : 0202-5632607

Stress im Familienalltag

Alle Eltern lieben ihre Kinder, und alle Eltern wollen nur das Beste für ihr Kind. Die gesellschaftlichen Veränderungen in den letzten 25 Jahren - Digitalisierung und Leistungsdruck - können auch die stärksten Eltern an die Grenze ihrer Belastbarkeit bringen. An diesem Abend wird thematisiert, was Sie tun können, um sich im stressigen Familienalltag nicht zu verlieren. Sie bekommen Tipps, wie Sie der Hamsterrad-Falle entkommen können. Folgende Fragestellungen werden behandelt: Was brauchen Kinder? Wie gefährdet Stress der Eltern eine gesunde Entwicklung von Kindern? Welche Ressourcen bietet die Psyche?

17.04.2023, Auer Schulstr. 20 (Wuppertal-Elberfeld)
Mo., 18:30 – 20:45 Uhr, 1*, 3 Ustd., Natalie Langosch
10,00 EUR, 231W331241