

EMOTIONALE GEWALT

Die oft unsichtbare Ohrfeige

Emotionale Gewalt im Privaten wie auch in der Berufswelt wird in unserer Gesellschaft nach wie vor oft bagatellisiert und unterschätzt.

Bei Fällen emotionaler Gewalt handelt es sich u. a. um

- emotionale Erpressung
- Ignoranz
- Vernachlässigung
- Mobbing
- Ausgrenzung in vielen Bereichen
- Entwertungen in Beruf und Familie

Es sind die großen und kleinen Gemeinheiten, Kränkungen und Demütigungen, die uns hilflos und krank machen. Oft ist emotionale Gewalt perfide, geschieht beiläufig, und es gibt sie überall - ob in der Familie, in der Schule, im Job oder in der Partnerschaft. Und emotionale Gewalt betrifft sehr oft Frauen.

- Wie beeinflusst emotionale Gewalt unsere psychische und physische Gesundheit?
- Wie kann ich sie erkennen und wie kann ich mich schützen?
- Wie kann ich mich gegen emotionale Gewalt in jeglicher Situation zur Wehr setzen und verteidigen?

Erfahren Sie mehr zum Thema und den Umgang mit emotionaler Gewalt. Die Veranstaltung richtet sich an Frauen im Unterstützungssystem – sowohl im privaten wie auch im beruflichen Kontext.

Referentin:

Britta Ellger-Lehr, NLP Master, Dipl. Gesundheits-und Mentalberaterin,
Fitnesstrainerin, Psychotherapeutin gemäß HPG, Bickenbach

Maximale Teilnehmerinnenanzahl:

Max. 30 Teilnehmerinnen

Hinweis:

Bei dieser Veranstaltung handelt es sich um eine Tagesveranstaltung mit 6-7
Zeitstunden oder einen Workshop mit 3-4 Zeitstunden.

Benötigte Technik und Stuhl-/ Tischstellung:

Beamer, Leinwand, HDMI-Kabel, Flipchart+Papier, Moderationskoffer, Stühle
und Tische in U-Form

Maximale Entfernung:

100 km ab Bickenbach