



*Claudia Bachmann*

Kinder- u. Jugendcoach ILP  
Erwachsenencoach ILP  
Ernährungscoach HPS

# Konflikt- und Wut-Seminar



## Weiterbildungsangebot: Miteinander ohne Gewalt auskommen!

Für Coaches, die Kindern und Jugendlichen zum Thema Konflikte, Wut und Aggressionen Kompetenzen vermitteln wollen. Die beiden Kurstage basieren auf vielen konkreten praktischen Anwendungen zum Thema Streitkultur und konstruktiver Umgang mit Wut, welche Sie direkt in einem Gewaltpräventionskurs oder in Einzelsitzungen umsetzen können. Das Weiterbildungsseminar basiert auf der Basis des ILP®-Kinder- und Jugend-Coaching. Sie erhalten an diesen Seminartagen **drei vollständige Programme zu Unterstufe bzw. Mittel- und Oberstufe sowie die entsprechenden Gruppenkurse der Altersstufen**. Die nachhaltige Elternarbeit ist ein weiterer Bestandteil des fixfertigen Programmes.

### Seminaraufbau

1. Was ist ein Streit/Konflikt? Was ist Gewalt?
2. Umgang mit Gefühlen, Wut und Provokationen / Wie reagiere ich, wenn ich mit Worten genervt werde? Wie darfst du dich wehren?
3. Basiswissen Gehirn
4. Wie kann ich mich wieder beruhigen? Wie kann ich einen Streit abkühlen? Spätes Aussteigen muss geübt werden.
5. Wie kann ich Missverständnisse aufdecken? Eigener Anteil am Streit erkennen
6. Gemeinsam eine Lösung finden

### Termine

3 Tage (Freitag bis und mit Sonntag) im Frühjahr 2021

### Kosten

Fr. 1'440.-- inkl. Zwischenverpflegung und Getränke (ohne Mittagessen)

Anmeldungen an [praxis@claudia-bachmann.ch](mailto:praxis@claudia-bachmann.ch); 041 566 70 88

### Kursort

Praxis Claudia Bachmann, Hauptstrasse 10, 6280 Hochdorf  
Parkplätze im Parkhaus Braui

Hauptstrasse 10 | 6280 Hochdorf  
Telefon 041 566 70 88  
[praxis@claudia-bachmann.ch](mailto:praxis@claudia-bachmann.ch)  
[claudia-bachmann.ch](http://claudia-bachmann.ch)