

Week van de opvoeding 2017



Wij organiseren op dinsdag 3 oktober de Workshop 'Stoom uit de oren' - over emoties.

Emoties houden zich niet aan lijntjes, soms vliegen ze wel eens uit de bocht ;-)

"De stoom komt uit mijn oren!" Je ziet onrecht, je begrijpt niet dat de ander het niet begrijpt. "Hoe kunnen ze dat nou doen?"

Dat gevoel. Probeer dan je emoties maar eens in bedwang te houden!

Maar het kan ook zijn dat je in een cliëntenraad zit en dat één van je collega's telkens emotioneel wordt. Of dat je een krop in je keel krijgt zodra je je eigen ervaringen bespreekt.

In deze workshop leer je emoties bij jezelf en bij de ander te herkennen. Daarnaast krijg je handreikingen om je emoties te reguleren.

Zodoende kun je in gesprek blijven en je eigen grenzen bewaken.

Het gaat over:

- Wat goed werkt om in gesprek te blijven ook al voel je emoties
- Het belang van emoties in je leven
- Een filmpje van iemand die er meer van weet
- Iets uitproberen
- Leren van elkaar

Wanneer: 3 oktober

Tijd: inloop 19.00 uur – start 19.30 uur tot 22.00 uur

Waar: CJG - Barneveld

Wil jij hierbij zijn, geef je dan snel op.

Info@maatjeswerkautisme.nl

o.v.v hoeveel personen.