



istock.com/MariaMaklenkoPhotography

# Keine Angst vor der Angst

„Nur wenn wir selbst gut stehen,  
können wir Andere gut halten“

- Kati Bohnet -

**Mittwoch  
6. März 2024  
19:00 Uhr**

## **Mehrgenerationenhaus (MGH)**

Dresdener Str. 2 · 67098 Bad Dürkheim

Referentin

**Nadine Rein**

Systemische Einzel-, Paar- und Familientherapeutin

[www.praxis-nadine-rein.de](http://www.praxis-nadine-rein.de)

**EINTRITT FREI**



Anmeldung

[www.t1p.de/fia3-24](http://www.t1p.de/fia3-24)

Eine Kooperation von

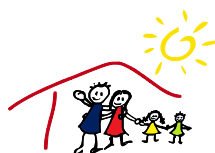


Gemeindepädagogischer Dienst  
Protestantischer Kirchenbezirk  
Bad Dürkheim-Grünstadt



**Mehr  
Generationen  
Haus**

Miteinander - Füreinander  
Bad Dürkheim



**Verein für Familienförderung  
in Bad Dürkheim e.V.**

# Keine Angst vor der Angst

„Nur wenn wir selbst gut stehen,  
können wir Andere gut halten“

– Kati Bohnet –

Jeder Stress löst in mehr oder weniger ausgeprägter Form unsere Überlebensstrategien aus: Kampf/Verteidigung, Flucht oder auch Erstarrung.

Eltern können durch ihre Haltung die Ängste ihrer Kinder ungewollt verstärken oder abschwächen.

An diesem Abend geht es um:

- Wozu ist die Angst wichtig für Menschen?
- Wieso werden wir als Angsthasen geboren?
- Werkzeuge der emotionalen Ersten Hilfe.
- Wie wir für unsere Kinder ein „gutes Pflaster“ in der Not sein können.
- Wie wir unseren Kindern helfen können, der Angst mit Mut zu begegnen.
- Wie es gelingen kann, mit der Angst gelassen umzugehen.

Außerdem gibt es einen kleinen Einblick in die systemisch-therapeutische Praxis zum Thema Angststörungen bei Kindern.

## DER EINTRITT IST FREI.

Da die Plätze begrenzt sind, bitten wir um **Anmeldung** über die Homepage **bis 04.03.2024**:

[www.t1p.de/fia3-24](http://www.t1p.de/fia3-24)

oder per E-Mail bei einer der Kontaktadressen (siehe unten).

Weitere Informationen und Veranstaltungen  
finden Sie auf der Homepage  
[www.famfoe-duew.de](http://www.famfoe-duew.de)

Verein für  
Familienförderung  
Olaf Tali  
Dresdener Straße 2  
67098 Bad Dürkheim  
[familienfoerderung@bad-duerkheim.de](mailto:familienfoerderung@bad-duerkheim.de)  
Tel.: 06322-7 91 02 57

Gemeindepädagogischer  
Dienst  
Peter Fischer  
Kirchgasse 9  
67098 Bad Dürkheim  
[peter.fischer@evkirchepfalz.de](mailto:peter.fischer@evkirchepfalz.de)  
Tel.: 06322-6 00 49 83  
[www.gpd.kirchenbezirk-duerkheim-gruenstadt.de](http://www.gpd.kirchenbezirk-duerkheim-gruenstadt.de)