




Grenzen setzen – klar und freundlich

Die Kunst des Nein-Sagens

Zielgruppe: Erzieher*innen, pädagogische Fachkräfte

Kurs-Nr: S-26-Komm-Grenz

 Dipl.-Psych. Kerstin Münchhoff



09.04.2026 | 09.00 – 15.00 Uhr

Veranstaltungsinhalte:

- Bedeutung der eigenen Grenzsetzung
- Fallsituationen
- Strategien zum Nein-Sagen

Erzieher*innen fällt es häufig schwer, eigene Grenzen wahrzunehmen, geschweige denn zu kommunizieren. Aber gerade für die Selbstfürsorge ist es entscheidend, sich hin und wieder zu fragen: Was brauche ich gerade? Wo genau ist gerade meine Grenze?.

In diesem Workshop betrachten wir typische Situationen, in denen häufig „Ja“ gesagt wird, obwohl im Inneren eine Grenze überschritten wird.

Für diese Situationen werden Strategien entwickeln, die eigenen Grenzen zu akzeptieren und klar und bestimmt „Nein“ zu sagen.

Gebühr: 95,00 €

Gesamtumfang: 6 UE

Abschluss: Teilnahmebestätigung

Veranstaltungsort & Kontakt:

Pädagogisches Forum | Fortbildungen

Gerberhof 5a | 23970 Wismar

Tel. 03841 22 31 550 | fortbildung@lernwert-wismar.de