



Raus aus der Perfektionismusfalle

Donnerstag, 09.12.2021

Überall wo wir hinschauen, herrscht Optimierungswahn:

Wir zerren uns zur perfekten Figur in allen Lebenslagen. Manchmal führt das Streben nach Perfektionismus jedoch dazu, dass einem Idealbild hinterhergelaufen und dabei das kleine Glück im Alltag übersehen wird. Im Rahmen des Vortrags erhalten Sie praktische Tipps gegen übertriebenen Perfektionismus und wir schauen genau hin, was das Streben nach Perfektion für Kinder bedeutet. Außerdem gibt es viele kleine Ideen und Vorschläge für einen entspannteren Alltag mit Kindern von A, wie Anweisung (statt Fragen) bis Z wie Zähneputzen.

(In Kooperation mit dem FZ DRK „Kleine bunte Welt“)

Kurs : **W2113-066**
Gebühr: **3,00 Euro**
Datum: **Donnerstag, 09.12.2021**
Uhrzeit: **19:30 - 21:45 Uhr**
Dauer: **1**
Ort: **Coesfeld; Akazienweg 16; Familienzentrum DRK "Kleine bunte Welt"**
Leitung: **Heike Bernat**
Anmeldung: **FBS Coesfeld
Marienring 27,
48653 Coesfeld, 02541 94920
fbs-coesfeld@bistum-muenster.de**

www.fbs-coesfeld.de
www.facebook.com/bildungsforumcoesfeld

 **FAMILIEN-
BILDUNGSSTÄTTE
COESFELD**
KATHOLISCHE KIRCHE
BISTUM MÜNSTER