

**WOHIN MIT  
MEINER  
WUT?**



**SAMSTAG  
25. NOVEMBER 2023  
9.00 - 17.00 UHR**

## TAGESSEMINAR **WOHIN MIT MEINER WUT?**

**Einen konstruktiven Umgang mit  
diesem Gefühl erlernen**

**25.11.**

**SAMSTAG**

**9.00 - 17.00 UHR**

**SEM.NR. 20 23 20**

Ungeduld, Unzufriedenheit, Ärger, Sarkasmus, Groll und Bitterkeit sind Emotionen, die zum Grundgefühl der Wut gehören. Diesen Gefühlen sind wir tagtäglich – von außen oder innen - ausgesetzt. Sie sind uns unangenehm und ziehen oft ungute Gedanken und Handlungen nach sich.

Mit Gottes Hilfe wollen wir den Sinn unserer Wut erkennen, eigener Wutverarbeitung auf die Spur kommen und lernen, unsere Wut konstruktiv zur Problemlösung einzusetzen.

**ZIELGRUPPE**

alle Interessierten

**LEITUNG**

Johanna Adam und Stephan Stöhr

**KOSTEN**

Verpflegung 20 Euro + Seminar 39 Euro  
(Brezel-Frühstück, Mittagessen,  
Kaffee + Kuchen, Kalt-Getränke)

Bitte nutzen Sie unsere Online-Anmeldung über den QR-Code oder unter [www.ankernetz.de](http://www.ankernetz.de), dort finden Sie auch weitere Infos und die Bedingungen zu unseren Angeboten.

Wörnersberger Anker e.V.,

Hauptstr. 32, D-72299 Wörnersberg, Tel: 07453/9495-0, Mail: [info@ankernetz.de](mailto:info@ankernetz.de)

