

Grenzen setzen Ohne Schuldgefühle

(Seminar 2012 – 1. Blatt)

Bitte beantworten Sie die folgenden Fragen auf diesem Blatt und diskutieren Sie danach Ihre Antworten mit Ihrem Nachbarn.

1) Was ist nach Ihrer Meinung eine Grenze?

2) Wo gibt es Grenzverletzungen in Ihrem Alltag? Nennen Sie einige Beispiele.

Grenzen setzen Ohne Schuldgefühle

(Seminar 2012 – 1. Blatt)

Bitte beantworten Sie die folgenden Fragen auf diesem Blatt und diskutieren Sie danach Ihre Antworten mit Ihrem Nachbarn.

1) Was ist nach Ihrer Meinung eine Grenze?

2) Wo gibt es Grenzverletzungen in Ihrem Alltag? Nennen Sie einige Beispiele.

Grenzen setzen Ohne Schuldgefühle
(Seminar 2012 – 2. Blatt)

Das Verhalten eines Menschen in Konflikten veranschaulicht oft, wie ein Mensch mit seinen Grenzen umgeht. Betrachten Sie einen Konflikt in Ihrem Alltag. Bitte beantworten Sie die folgenden Fragen kurz und knapp auf diesem Blatt und diskutieren Sie danach Ihre Antworten mit Ihrem Nachbarn.

1) Wodurch entstand der Konflikt? Anonymisieren Sie die beteiligten Personen.

2) Welches Verhalten zeigten die beteiligten Personen in diesem Konflikt?

3) Welche Verbindung gab es zwischen dem Verhalten einer beteiligten Person und seinem Charakter?

Grenzen setzen Ohne Schuldgefühle
(Seminar 2012 – 2. Blatt)

Das Verhalten eines Menschen in Konflikten veranschaulicht oft, wie ein Mensch mit seinen Grenzen umgeht. Betrachten Sie einen Konflikt in Ihrem Alltag. Bitte beantworten Sie die folgenden Fragen kurz und knapp auf diesem Blatt und diskutieren Sie danach Ihre Antworten mit Ihrem Nachbarn.

1) Wodurch entstand der Konflikt? Anonymisieren Sie die beteiligten Personen.

2) Welches Verhalten zeigten die beteiligten Personen in diesem Konflikt?

3) Welche Verbindung gab es zwischen dem Verhalten einer beteiligten Person und seinem Charakter?

Grenzen setzen Ohne Schuldgefühle
(Seminar 2012 – 3. Blatt)

Der Umgang eines Menschen mit Grenzen hängt u.a. von den Erwartungen, Wünschen und Charaktereigenschaften ab.
Bitte beantworten Sie die folgenden Fragen kurz und knapp auf diesem Blatt und diskutieren Sie danach Ihre Antworten mit Ihrem Nachbarn.

1) Wie kann ein Mensch den gesunden Umgang mit Grenzen besser lernen?

2) Von welchen Faktoren hängt der Lernprozess zum besseren Umgang mit Grenzen ab?

3) Welche Hilfe benötigt ein Mensch, um den gesunden Umgang mit Grenzen besser zu lernen?

Grenzen setzen Ohne Schuldgefühle
(Seminar 2012 – 3. Blatt)

Der Umgang eines Menschen mit Grenzen hängt u.a. von den Erwartungen, Wünschen und Charaktereigenschaften ab.
Bitte beantworten Sie die folgenden Fragen kurz und knapp auf diesem Blatt und diskutieren Sie danach Ihre Antworten mit Ihrem Nachbarn.

1) Wie kann ein Mensch den gesunden Umgang mit Grenzen besser lernen?

2) Von welchen Faktoren hängt der Lernprozess zum besseren Umgang mit Grenzen ab?

3) Welche Hilfe benötigt ein Mensch, um den gesunden Umgang mit Grenzen besser zu lernen?
