

Ein Angebot der SEA-Arbeitsgemeinschaft
Forum Ehe+Familie (FEF)

Forum
ehe+familie
Beziehungen stärken 

Forum Ehe+Familie

Freitag, 21. November 2025

09:00 – 12:00 Uhr
Gate48, Rothrist



Mit **Stephan Schöbe**,
Dozent ICP

Gefühle besser regulieren – vom äusseren zum inneren Halt

Innere Stärke entwickeln:
Emotionsregulation in Theorie
und Praxis für jedes Alter

Darum geht's

Emotionen sind ein sehr lebendiger Teil unseres Lebens. Ob Kinder, Jugendliche oder Erwachsene – nicht immer können wir gut mit ihnen umgehen. Manchmal sind sie so stark, dass wir uns ihnen regelrecht ausgeliefert fühlen. Welche Optionen gibt es hier aus wissenschaftlicher Sicht, um beruhigend, motivierend oder auch stärkend auf andere Menschen gleich welches Alters einzuwirken? Neben grundlegenden Perspektiven auf das Thema Persönlichkeit wird es darum gehen, praktische Ansätze kennenzulernen, die direkt im Alltag umsetzbar sind. Auch die Rolle des Glaubens wird dabei beleuchtet.

Referent

Stephan Schöbe

Verheiratet, Sonderpädagog*in M.A., Physiotherapeut.
Dozent an der ICP, Höhere Fachschule für Sozialpädagogik.
Weiterbildungen u.a. in systemischer Beratung,
Persönlichkeitstheorie und -diagnostik und Konfliktberatung. Einer seiner Schwerpunkte ist die Arbeit mit dem Wechselspiel zwischen Körper und Psyche.

Kursort

Gate48
Breitenstrasse 10
Eingang C4
4852 Rothrist

Anreise mit ÖV oder weiss markierte
Parkplätze auf Strassenebene nutzen.

Kosten

Tagungsbeitrag: **CHF 30.–** (bar oder per TWINT).
FEF-Mitglieder: kostenlose Teilnahme für drei
ihrer Mitarbeitenden

Online-Anmeldung

forumehefamilie.ch/anmeldung
Anmeldeschluss: 14. November 2025



Informationen/Programm

forumehefamilie.ch/forum