

Seminar Volkenroda 17.-19.2.2023

## Mutig Grenzen setzen mit gutem Gewissen

*Dr. Jost Wetter-Parasie und Luitgardis Parasie*



Ist es unchristlich sich abzugrenzen? Vielen erscheint es so. Voller Einsatz für Gott und den Nächsten ist schließlich angesagt, oder? Viele spüren jedoch: Wenn ich nach diesem Motto lebe, tut es mir nicht gut.

In diesem Seminar lernen Sie, eigene Grenzen zu erkennen, Ja zu ihnen zu sagen und sie zu schützen.

**In Vorträgen** erzählen wir Beispiele aus Bibel, Kunst und Alltag, wie Menschen erfolgreich Grenzen gesetzt haben. Und welche Schritte ihnen dabei geholfen haben. Wir erzählen auch, wie wir selber lernen mussten Grenzen zu ziehen.

**In Gesprächen** tauschen wir uns aus, wo wir ab jetzt mutig Grenzen ziehen werden. Und wir üben, wie Sie **konkrete Schritte** umsetzen können.

### Referenten

Dr. med. Jost Wetter-Parasie arbeitet als Facharzt für Allgemeinmedizin und als Psychotherapeut in eigener Praxis.

Luitgardis Parasie ist Pastorin und systemische Familientherapeutin. Sie publiziert in verschiedenen christlichen Medien. Beim NDR arbeitet sie in der Reihe „Zwischentöne“ mit.

### Literatur

Luitgardis Parasie, Jost Wetter-Parasie: Mutig Grenzen setzen mit gutem Gewissen, Gießen 2021.

