



## SOZIAL- UND METHODENKOMPETENZ

# Die hohe Kunst des Grenzen-Setzens

**Produktnummer**  
2025-41051F

**Termin**  
14. Mai 2025  
09:00 bis 16:45 Uhr

**Gebühren pro Teilnehmer:in**  
302,00 € (inkl. Seminarunterlagen)

Die VWA geht davon aus, dass der Arbeitgeber die Teilnahmegebühr sowie Reisekosten übernimmt.

## Inhalte

- Die eigenen Motive, Werte und Bedürfnisse wahrnehmen
- Mit Ansprüchen und Erwartungen anderer gut umgehen
- Die eigenen, unterbewussten Signale und Grenzen besser erkennen
- Die Bedeutung der eigenen inneren Haltung
- Kommunikationsstrategien für herausfordernde Situationen

## Dozentin

**Eva Himmelsbach**

Dipl.-Psychologin, Gesundheits- und Krankenpflegerin, Beraterin und Coach

## Ort

Haus der Akadmien  
Eisenbahnstr. 56  
79098 Freiburg

[Google Maps](#)

## Kontakt

### Information

Nilgün Bortoli  
0761 38673-14  
bortoli@vwa-freiburg.de

### Konzeption und Beratung

Christian Heinrich  
0761 38673-15  
heinrich@vwa-freiburg.de

[Anmelde- und  
Teilnahmebedingungen](#)

[Impressum](#)

[Datenschutzhinweise](#)