



Bindung als Grundlage gesunder Entwicklung

Ein Basisvortrag des Vereins *Bindung im Zentrum*

Bindung – und wie sie Menschen stark macht

Von den ersten Momenten mit einem Baby bis ins hohe Alter – wir alle brauchen sichere Beziehungen. Ob in der Familie, in der Partnerschaft, im Freundeskreis oder im beruflichen Alltag: Bindung prägt unser Denken, Fühlen und Handeln.

Sichere Bindungen geben uns Halt, vermitteln ein Gefühl von Sicherheit und Zugehörigkeit und stärken unsere Fähigkeit, mit Herausforderungen und Krisen umzugehen. Sie beeinflussen unsere emotionale, soziale und körperliche Gesundheit und sind eine der wichtigsten Grundlagen für Resilienz und Wohlbefinden.

In diesem Vortrag erhältst du spannende Einblicke in die Bindungsforschung und erfährst, warum Bindung ein lebenslanges Grundbedürfnis des Menschen ist. Du lernst, wie frühe Beziehungserfahrungen unsere Entwicklung prägen, weshalb sichere Beziehungen ein wichtiger Schutzfaktor für Kinder und Erwachsene sind und wie wir Bindungen im Alltag bewusst stärken und pflegen können.

Ein inspirierender Vortrag für Eltern, Paare, Fachpersonen und alle Menschen, die Beziehungen besser verstehen und ihre Verbindung zu anderen vertiefen möchten.

Ein Abend voller Aha-Momente, Verständnis und wertvoller Impulse für Alltag, Familie und Beruf.

Für Mitglieder des Vereins kostenlos

Für Nichtmitglieder 20.- CHF

Wir freuen uns auf dich!