Was wäre, wenn durch die Kunst des Bewusstseins mehr Verbindung im Familienleben und der Beziehung mit Kindern und Jugendlichen entstehen kann – zu uns selbst sowie zueinander?

In diesem Workshop lade ich ein, gemeinsam bewusst hinzuschauen: auf Dynamiken im Familienalltag, auf die Beziehungsebenen mit Kindern, auf eigene innere Anteile und auf das, was uns als Eltern und Erwachsene stärkt.
Themen wie Achtsamkeit, innere Anteile, Emotionen und Selbstfürsorge im Elternsein stehen im Mittelpunkt – ebenso wie eine präsente Begleitung von Kindern und Jugendlichen. Es gibt praktische Tools, Raum für Selbsterfahrung, Reflexion und Austausch.

Für wen?
Für Eltern von Kindern im Schulalter bis zur Jugendzeit

Anmeldung & Infos
www.raum-bewusst-sein.ch
mail@raum-bewusst-sein.ch
077 483 83 57