**Osho UTA Institut**

**Spirituelle Therapie und Meditation**

Venloer Str. 5-7, 50672 Köln

Tel. +49-221-57407-0, kontakt@oshouta.de

# Wut und Angst bei Kindern begleiten

## Kindern und uns selbst bei großen Gefühlen Halt geben

| | |
|---|---|
| Datum: | **19.07.2024 - 21.07.2024** |
| Dauer: | 2 Tage |
| Leitung: | **Anando Würzburger , Christopher End** |
| Preis: | **295,00 €** |

» Link zur Kursbeschreibung und Online-Buchung

### Ansprechpartnerin

Taru Baars

Tel. 0221-57407-28

taru@oshouta.de

Montag - Freitag

11:00 - 16:00 Uhr

**Du möchtest deine Kinder anders begleiten, als du es selbst erfahren hast? Gerade bei großen Gefühlen ist das eine Herausforderung. In diesem Seminar lernst du, was es dafür braucht.**

### Seminarbeschreibung

Wenn Kinder von großen Gefühlen überwältigt werden, fehlt ihnen die Fähigkeit, diese selbst zu regulieren. Sie brauchen dann den äußeren Halt, der ihnen innerlich noch fehlt. Eltern, die ihre Kinder beziehungsorientiert und achtsam begleiten möchten, stehen womöglich vor einer doppelten Herausforderung: Zum einen haben sie vielleicht, mangels eines Vorbilds, selbst nicht gelernt, beziehungsorientiert zu begleiten. Zum anderen fehlt ihnen selbst der eigene innere Halt für schwierige Gefühle, den es zur Selbstregulation braucht.  Nicht wenige Eltern finden sich dann im Kampf mit ihrem eigenen Kind wieder und beginnen an sich zu zweifeln.

In diesem Seminar lernst du Wege aus der Ohnmacht in die liebevolle Führung. Du lernst, wie du mit Mitgefühl Konflikte lösen kannst, statt mit Macht und Kampf zu reagieren. Der Anspruch, eine perfekte Mutter oder ein perfekter Vater zu sein, kann uns in den überhöhten Erwartungen an uns selbst gefangen halten. Legen wir diese ab, können wir einen menschlichen Umgang

mit Gefühlen finden.

Das Seminar dient als idealer Einstieg für die Fortbildung Elternsein als Weg.

## Seminarzeiten

Beginn am 1. Tag um 20:30 Uhr, Ende am letzten Tag um 17:00 Uhr.

## Zum Kennenlernen

**Offener Abend**

Fr., 19.07.2024, 20:30 Uhr, 25 €

## Ergänzendes Seminar

**Elternsein als Weg**

07.02. - 25.10.2025