

Osho UTA Institut

Spirituelle Therapie und Meditation

Venloer Str. 5-7, 50672 Köln

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

Elternsein als Weg – ab Teil 2

Fortbildung in Eltern-Coaching – Achtsam und beziehungsorientiert begleiten

Datum: **11.08.2023 - 26.11.2023**

Dauer: 9 Tage

Leitung: **Anando Würzburger , Christopher End**

Anzahlung 500,00 €

Preis: **1.465,00 €**

» [Link zur Kursbeschreibung und Online-Buchung](#)

Ansprechpartnerin

Selina Preeti Jung

Tel. 0221-57407-28

preeti@oshouta.de

Montag - Freitag

11:00 - 16:00 Uhr

Diese Fortbildung vermittelt die Grundlagen, um Eltern in Coaching-Fragen rund um das Leben mit Kindern zu begleiten.

Seminarbeschreibung

In bewusster Elternschaft kann das Kind in seiner Einzigartigkeit gesehen und gewürdigt werden – und die Eltern können sich selbst reflektieren und liebevoll annehmen. In der Beziehung zum Kind ist Wachstum für beide Seiten möglich. Die Eltern haben die Gelegenheit, die Wunden und Schatten aus ihrer eigenen Vergangenheit zu heilen.

Wenn Eltern dieser eigenen Verletzung gewahr werden, können Eltern-Kind-Konflikte eine Chance auf Wachstum und Heilung bieten. Konflikte gehen oft einher mit Verurteilung und Projektion, man sucht die Schuld beim anderen. Um diese blinden Flecken aufzudecken, hilft ein wertschätzender Blick von außen. Verbesserungsvorschläge oder Erziehungstipps sind dabei eher hinderlich, da sie die Individualität des Einzelnen und die Besonderheit der Beziehung außer Acht lassen. In

einer mitfühlenden Begleitung kann das Elternteil erfahren, sich angenommen und ermutigt zu fühlen, sich seine eigenen Schatten anzusehen.

In dieser Fortbildung lernst du erstens Wissen über die kindliche Gehirnentwicklung, Bindungstheorie und Eltern-Kind-Dynamik. Zweitens gewinnst du durch die Selbsterfahrung mehr Verständnis über dich selbst und deine eigene Prägung. Und drittens geben wir dir die Coaching-Werkzeuge an die Hand, so dass du Eltern begleiten kannst, über ihre Prägung hinauszuwachsen und das Elternsein zu genießen – selbst wenn es herausfordernd wird.

Bedürfnis- und beziehungsorientiert

Die Erkenntnisse aus der Bindungsforschung sind die Grundlage für diese Arbeit. Im Mittelpunkt stehen dabei die Beziehung zwischen Eltern und dem Kind sowie die Beziehung zum eigenen inneren Kind.

Regulation von Gefühlen

Mit den großen Gefühlen von Kindern beziehungsorientiert und gehirngerecht umzugehen bedeutet, die Kinder in ihrem emotionalen Erleben zu begleiten statt Gefühle wegmachen zu wollen. Voraussetzung, um das Kind in seinem Gefühl und Bedürfnis ohne Verzerrung zu sehen, ist, dass ich meiner eigenen Gefühle und unbewusster Anteile mehr gewahr werde und diese regulieren kann. Die Fähigkeit, mich selbst in Emotionen, Anspannung und Stress zu regulieren, erlaubt mir, mein Kind in seinem Gefühl zu begleiten.

Meditation & Achtsamkeit

Achtsamkeitsbasierte Meditation ist ein integraler Bestandteil des Trainings. Meditation gehört zum Prozess und bereitet Teilnehmer*innen darauf vor, nach innen zu gehen, Zugang zu ihren Gefühlen und unbewussten Anteilen zu erlangen.

Achtsamkeit unterstützt die Teilnehmer*innen darin, eigene emotionale Muster zu erkennen und die Identifikation mit unbewussten Strategien aus der Kindheit zu lösen.

Themen-und Terminübersicht

Heilung des inneren Kindes

11. - 13. August 2023

Reflektieren der eigenen Kindheit und Integration in das Elternsein

Die eigene Geschichte ist ein Schlüssel für das Verständnis des eigenen Verhaltens als Eltern und für das Mitgefühl zum Kind. Wir untersuchen die Erfahrung von Macht und Ohnmacht in unserer Kindheit: Inwieweit bestimmt und beeinträchtigt sie uns heute in unserem Elternsein, in unseren Gedanken, Gefühlen und Handeln?

Themen:

- Eigene Prägung und Muster anhand von Konflikten in der Eltern-Kind-Beziehung kennenlernen
- Bedürfnispyramide
- Unerfüllte kindliche Bedürfnisse erkennen, benennen und befrieden
- Zusammenspiel von Bedürfnissen und Gefühlen
- Formen des Lernens und von Prägung
- Doppelte Botschaften erkennen
- Techniken zum Umschreiben der Kindheit

- Arbeit mit inneren Dynamiken und Anteilen

Supervision (online)

16. September 2023

10:00 - 17:00 Uhr

Die Sprache der Liebe

13. - 15. Oktober 2023

Erkennen der eigenen Projektionen und das absichtslose Verbinden mit dem Kind.

Was ist natürliche Autorität als Eltern und wie kann sie sich ausdrücken, ohne autoritär zu sein? In diesem Abschnitt üben die Teilnehmenden Methoden, die im Leben mit Kindern aktiv eingesetzt werden können, um aus Machtausübung aus- und in die Kooperation einzusteigen.

Themen:

- Der Weg des Kindes
- Die Brille eigener Projektionen
- Unbedingte Annahme statt Verurteilung durch den inneren Kritiker
- Gewaltfrei und klar kommunizieren
- Personenzentrierte Kommunikation (Carl Rogers) mit Kindern
- Der Familienkreis – Kommunikation auf Augenhöhe

Supervision (online)

09. November 2023

19:00 - 21:00 Uhr

Den eigenen Weg finden

24. - 26. November 2023

Integration des Erlebten und Finden der eigenen Ausrichtung.

Was macht mein Elternsein aus und wie kann ich Eltern dabei begleiten, ihre eigenen Lösungen zu finden? Bindungs- und beziehungsorientiert heißt nicht, dass ich vorgefertigte Wege gehe, sondern dass die Qualität der Beziehung zum Kind im Mittelpunkt steht und sich immer wieder neu finden darf.

Themen:

- Rollenverteilung in Familien
- Eigene Rolle in der Ursprungsfamilie
- Mein Platz in meiner Familie (systemisch)
- Meine Ressourcen und Stärken

- Orientierung und Leitstern für meinen Weg☒

Zielgruppe und Zertifizierung

Die Weiterbildung richtet sich an Menschen, die

- Coaching speziell für die Arbeit mit Eltern lernen wollen
- Bereits therapeutisch, im Coaching oder pädagogisch arbeiten und ihre Klient*innen auch zum Bereich Elternsein begleiten möchten
- Sich persönlich und somit ihr eigenes (Groß-)Elternsein weiterentwickeln wollen.

Voraussetzung für die Zertifizierung ist die Teilnahme am 1. Abschnitt "Wurzeln und Flügel" oder zwei Einzelsitzungen mit der Seminarleitung, das Geben einer Sitzungs-Reihe an einer*m eigenen Probe-Klient*in, ein Live-Coaching im Rahmen des Abschlussseminars sowie eine kurze schriftliche Arbeit zu einem Thema eigener Wahl.

Voraussetzung

Voraussetzung ist die Teilnahme am 1. Abschnitt "Wurzeln und Flügel" oder zwei Einzelsitzungen mit der Seminarleitung.

Seminarzeiten

Präsenzseminare

Beginn am 1. Tag um 10:00 Uhr, Ende am letzten Tag um 17:00 Uhr.

Online-Supervisionen

Jeweils 19:00 - 21:00 Uhr, am 16.09.2023, 10:00 - 17:00 Uhr.

Ratenzahlung

Für diese Ausbildung bieten wir die Möglichkeit der Ratenzahlung an. Die Raten und deren Fälligkeiten entnehmen bitte dem Ratenzahlungsvertrag, den wir dir rechtzeitig vor Fälligkeit der ersten Rate zuschicken.

Gesamtpreis bei Ratenzahlung: (wird noch bekanntgegeben)

3 Raten à ((wird noch bekanntgegeben)

zzgl. der Anzahlung von 500 €

Video

Podcast