

„Elternschaft im Wandel und mit neuen Herausforderungen!“

4-teilige Workshop Reihe im Jahr 2026 in Hoßkirch bei Bad Saulgau

Geeignet für alle Eltern, die neue Perspektiven und Wege für eine gesunde Beziehungsgestaltung zwischen sich und ihren Kindern entwickeln und leben wollen!

Kostenloser Informationsabend Online, eine Stunde jeweils am 26.02.26 und 13.03.2026 um 19.00 Uhr - Anmeldungen bitte bei Sabine Solleeder



Gabriele Kälberer

**Ganzheitliche Praxis für Geistige Heilmethoden und
Psychologische Beratung**

Mein Motto: „Erkenne deine Chancen im Jetzt!“

Sei dir bewusst: „Der einzige Ort, an dem echte Veränderung beginnt und geschehen kann, bist du selbst.“

1. Workshop am Samstag, den 25.04.2026 von 10.00 Uhr bis 18.30 Uhr mit Pausen

Entspannte Eltern – Entspannte Kinder ☺

Verschiedene Entspannungsmethoden und Meditationsarten kennenlernen.

Mit Hilfe von Bewegungsmeditation, bewusster Atmung und Erdung wirst du dabei unterstützt, Druck und Stress loszulassen, sodass du dich wieder bewusst spüren und wahrnehmen kannst, um zur Ruhe zu kommen und deinen Alltag entspannter und gelassener zu gestalten.

Dein Gedankenkarussell kann sich beruhigen, du findest dein inneres Gleichgewicht für tiefere Regeneration.

Dein Nervensystem kann dadurch wieder runterfahren, deine Aufnahmefähigkeit und Geduld wird gestärkt, was wiederum deine Resilienzfähigkeit fördert.

„Wir benötigen pro Tag 4 Umarmungen um zu überleben.

Wir benötigen 8 Umarmungen zum Leben.

Wir benötigen pro Tag 12 Umarmungen zum Wachstum.“

Virginia Satir, Familientherapeutin

2. Workshop am Samstag, den 23.05.2026 von 10.00 Uhr bis 18.30 Uhr mit Pausen

Eine gesunde emotionale Beziehung zu deinen Kindern aufbauen für mehr Vertrauen, Ausgeglichenheit und Stabilität im Alltag

Im Kontakt mit dir selbst zu sein schafft mehr Verständnis, Geduld und Raum für emotionale Nähe zu deinen Kindern sowie die Fähigkeit, bewusster mit ihren Anliegen und Problemen umzugehen.

Direkte und friedvolle Kommunikation schafft eine liebevolle Verbindung und ein vertrauensvolles Miteinander innerhalb der Familie – für mehr Lebensqualität und Freude.

3. Workshop am Samstag, den 27.06.2026 von 10.00 Uhr bis 18.30 Uhr mit Pausen

Aktuelle gesellschaftliche Herausforderungen für Eltern und deren Kindern in der jetzigen Zeit

Du fühlst dich überfordert:

- Bei Erziehungsfragen, bei zunehmenden Anforderungen in der Schule und bei Klassenarbeiten sowie Gesprächen mit Lehrern.
- Bei auffälligem Verhalten, ständigen Konflikten und Rebellion des Kindes gegenüber den Eltern, Geschwistern, Lehrern und Mitschülern. Zunehmender Leistungsdruck, Mobbing Situationen und Verpflichtungen der Kinder lassen das Nervensystem immer weniger zur Ruhe kommen, was zur inneren Kontaktlosigkeit und Ängsten führen kann.
- Bei Konsum- und Zugehörigkeitsdruck des Kindes in der Schule, im Freundeskreis und Gruppenzwang innerhalb Peergroup, sowie zunehmender Medienkonsum vor allem Handys und Computerspiele.

Durch liebevollen und stabilen Halt innerhalb der Familie können Eltern und ihre Kinder bewusster mit diesen Herausforderungen umgehen.

4. Workshop am Sonntag, den 26.07.26 von 10.00 Uhr bis 18.30 Uhr mit Pausen

Transgenerationale Weitergabe

Die transgenerationale Weitergabe bezeichnet die Übertragung von Erfahrungen einer Generation auf weitere Generationen, dies geschieht meist unbewusst und unbeabsichtigt.

Besonders bei traumatischen Erlebnissen, wie z. B. bei Krieg, Flucht, Missbrauch sowie Krankheiten der Vorfahren, können die Nachkommen Symptome entwickeln, obwohl sie das ursprüngliche Ereignis nicht selbst erlebt haben.

Raum und Zeit für Fragen und gemeinsame Reflektion aller vier Workshopteile.

Eine geführte und intuitiv angeleitete Meditation „Stille durch gesprochene Worte“ bilden den krönenden Abschluss eines inspirierenden Miteinanders.

Energieausgleich pro Workshop 160,00 Euro. Bitte zwei Wochen vor Beginn des Workshops überweisen. Die Bankverbindung erhälst du bei Anmeldung.

Sei bitte 20 Minuten vor Beginn des Workshops Vorort. Komme in bequemer Kleidung, bring eine Decke, ein Kissen, Schreibmaterial und für dich etwas zu Essen mit.

Veranstaltungsort:

**Hauptstraße 7/2
88374 Hoßkirch**

Anmeldungen und Rückfragen bei:

Leitung: Gabriele Kälberer

Handy: 0172/9154547

[kaelberer@praxis-psycheseèle.de](mailto:kaelberer@praxis-psycheseеле.de)

www.praxis-psycheseèle.de

Assistenz: Sabine Solleder

0160/94864127

sabine.solleder@yahoo.de

„Ich glaube daran, dass das größte Geschenk, das ich von jemandem empfangen kann ist, gesehen, gehört, verstanden und berührt zu werden.

Das größte Geschenk, das ich geben kann ist, den anderen zu sehen, zu hören, zu verstehen und zu berühren. Wenn dies geschieht, entsteht Kontakt.“

Virginia Satir, Familientherapeutin