



Jahreskurs  
Gefingende Beziehungen  
mit Kindern  
eine Reise der Selbsterkenntnis

erlebnisorientiert, wenig Theorie und viel Praxis, unterstützendes Material,  
Lesetipps, persönliche Begleitung, Integration in den Alltag.

durchgeführt in 3 Modulen à 7 online Sitzungen + 1 persönliches Coaching

jeweils Mittwoch 9.30 – 11.00 Uhr

Start: 2. April 2025

**Kosten** pro Modul (7 Sitzungen): 210.-

Alle Module: 580.-

**Anmeldung und Infos** unter [mail@annettebonomo.ch](mailto:mail@annettebonomo.ch) oder 078 815 91 54

Ab 8 angemeldeten Personen findet der Kurs statt.

## **Inhalte:**

Kinder begleiten als eine Reise der Selbsterkenntnis

Sein-tun-haben: Familienwerte

Heiligen Raum schaffen: empathisches Zuhören

8 Prinzipien für somatische Gesundheit

1. Hilfe in emotional geladenen Situationen

Grenzen und Integrität, nein-sagen

Umgang mit Abmachungen

Natürliche Konsequenzen anstatt strafen

Erwartungen an sich selbst und andere

Win-Win kreieren

Ermächtigende Fragen

Kinder coachen

Potential und Begabungen erkennen

Zusammenkommen, Gemeinschaftspflege, Familiensitzung

Selbstfürsorge und Umgang mit Bedürfnissen

Spiel und Spass einladen

Wer ist hier zuständig? Persönliche Verantwortung

Was wir mitbringen, was wir weitergeben

Einbettung und Integration in den Alltag

“Einfühlungsvermögen und Achtsamkeit

Klarheit und Ehrlichkeit

Persönliche Kraft und Eigenverantwortung

Bewusstsein und Präsenz

Schutz und Eigenständigkeit

... das sind die Grundbausteine einer gelingenden Beziehung zu Kindern.“