



kinder
flüsterei
be pure.

April
2024



pure

Dein Magazin
der Kinderflüsterei

PatchWork will gestaltet werden! Lebendig, echt und „Splitterfaser- nackt“

In „Patchwork-Familien“ ist die Herkunft der einzelnen Teile ebenso unterschiedlich und bunt wie bei dem namensgebenden Flickenteppich. Und in Patchwork-Familien gibt es viele Variationsmöglichkeiten!

Stiefeltern, Stiefvaterfamilien, Stiefmutterfamilien, Familien mit gemeinsamen Kindern und Stiefkindern, solche, in denen die Kinder dauerhaft leben und solche, bei denen die Kinder nur zeitweise zu Besuch sind. Gemeinsam ist ihnen allen, dass zu dem leiblichen Elternteil ein neues hinzutritt – und mit ihm oft zahlreiche Konflikte. Warum?

Weil oft der tiefe Wunsch zu Grunde liegt, „jetzt alles besser zu machen“ - und ZACK! Hat die Falle bereits zugeschnappt! Plötzlich entstehen durch unerfüllte Erwartungen Ent-Täuschungen (wie wunderbar, den Bindestrich zu sehen). Dahinter warten Gefühle der Ohnmacht und Hilflosigkeit. Zudem steigt die Komplexität mit jedem Mitglied im Patchwork.

Umso wichtiger ist es, früh auf die einzelnen Ängste, Ansprüche und Rollenverständnisse zu schauen. Allein das Sichtbarmachen ist ein hilfreicher erster Schritt!

Folgende Punkte bedürfen dazu unbedingt der Betrachtung: Welches Familienideal schlummert gegebenenfalls, was jetzt unbedingt erfüllt werden will? In der Pure-Ausgabe #5, JANUAR 2024, habe ich dazu bereits geschrieben.

Welche Schuldgefühle schlummern im Hintergrund und lassen mich nicht die wahre ehrlich-echte oder auch „splitterfaser-nackte Beziehung“, wie Alexandra Köhler immer so schön sagt, leben? Es ist wichtig, wahrzunehmen, dass ein Lebenstraum kaputt gegangen ist. Verletzungen zu spüren und auch sein zu lassen, im schönsten Sinne. Diese Verletzungen gehören von nun an zu Ihnen dazu! Das Alte will verabschiedet werden, um das Neue frei und offen gestalten zu können.

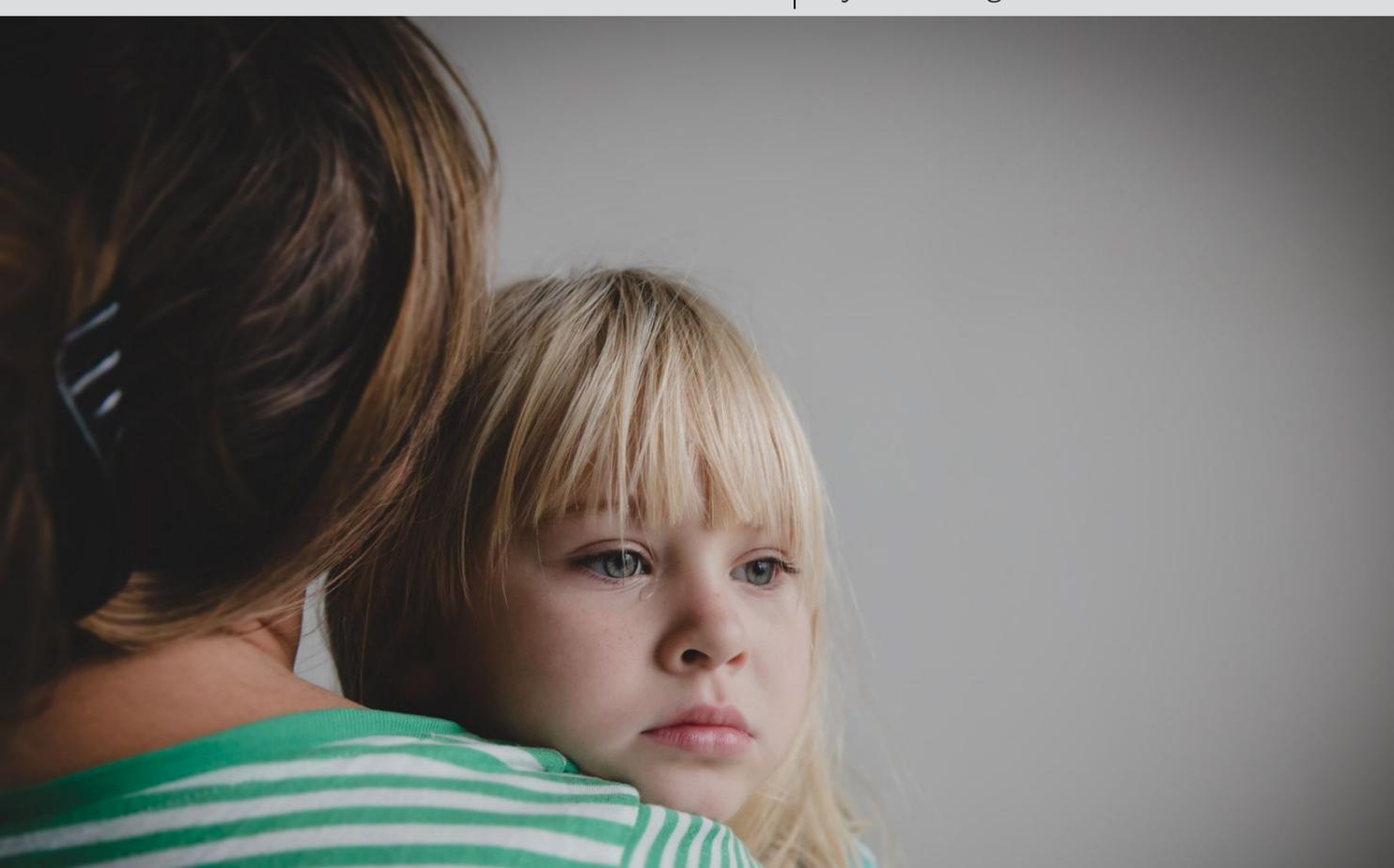
Ganz spannend ist auch der Blick auf die Macht. Tatsächlich hat jede*r Einzelne in einem PatchWorkGefüge

die Macht, das neue bunte Familienglück zu (zer-)stören, denn Macht haben wir alle, ob als Eltern oder Stiefeltern - diese gilt es nun, zu gestalten und nicht zu missbrauchen: Dies passiert - wenn vielleicht auch unbewusst - mal über das Geld, mal über den Kindesumgang oder über die kleinen Bemerkungen am Rande über das andere Elternteil oder die neuen Lebenspartner.

Aber natürlich können wir unsere Macht in diesem Zusammenhang auch sehr positiv einsetzen!

Zum Beispiel, in dem die oder der Expartner den gemeinsamen Kindern die oder den neuen Partner vorstellt und ihnen damit das deutliche Signal und ja - sogar die Erlaubnis gibt, mit dieser neuen Person eine offene und neugierige Beziehung eingehen zu können.

Gleiches gilt für die jeweils neue Wohnung. Wenn wir die Kinder vor Loyalitätskonflikten schützen wollen, ist dies eine ganz wundervolle Weise.



Denn Kinder schützen in der Regel ihre Elternteile, trauen sich nicht, das Neue auf der anderen Seite gut zu finden, solange der andere Elternteil dies nicht auch zumindest mal OK findet. Beantworten Sie dem eigenen Kind also diese nicht gestellte Frage: „Darf ich die den neuen Partner*in oder die neue Wohnung gut finden?“ mit einem deutlichen Ja.

Genauso die stille Frage: „Darf ich meine Mama oder mein Papa noch immer gut finden und lieben, auch wenn ihr beiden gerade so sehr streitet und es dir wegen der oder dem anderen offensichtlich nicht gut geht?“ Na klar. Jedes Kind hat ein Recht auf seine ganz eigene Beziehung zum anderen Elternteil, völlig unabhängig unserer Probleme auf Erwachsenenenebene.

Nicht zuletzt gilt es, auch die ganz „splitterfaser-nackten“ Gefühle des Kindes wahrzunehmen und zu umarmen: Es darf natürlich wütend oder traurig sein! Signalisieren Sie Ihrem Kind klar und deutlich, dass es Sie nicht zu schützen braucht und

dass es nur verständlich und logisch ist, dass es wackelt und vielleicht Symptome zeigt, die auch das Kind selbst verunsichern. In der Regel haben wir uns lange vorher in den Veränderungsprozess begeben, bevor die Kinder es wussten. Lassen Sie ihnen ebenfalls die Zeit, anzukommen im Neuen.

Sie sehen schon: Eine sauber beendete erste Beziehung ist auf so vielen Ebenen wichtig für das Kind und für Sie selbst, um das Neue, die PatchWork-Familie frei und offen gestalten und leben zu können. Auch hierzu finden sich in der Pure-Ausgabe #4, Dezember 2023, Tipps und Tricks dazu.

Gerne sind wir Berater*innen der Kinderflüsterei darüber hinaus für Sie da - ich persönlich gerne auch live am 22./23. Juni in Hamburg.

Von Herzen!

Mareike

Autorin **Mareike Fell** betreibt in Hamburg ihre Praxis „die Sinnstiftung“ und ist als Beraterin und Trainerin an einem Institut tätig. Sie ist Kolumnistin, gibt Seminare und hält Vorträge rund um alle Familienthemen. Der Kinderflüsterei ist sie eng verbunden und auf der pureYou Live am 22./23. Juni in Hamburg dabei.



Elternsein ist Beziehungsarbeit – vor allem mit sich selbst

Lasse ich die Zeit meines Vaterseins Revue passieren, so erkenne ich bestimmte wesentliche Meilensteine, die richtungsverändernd waren, mich zu dem Vater machten, der ich heute bin und die mich letztlich zu der Erkenntnis kommen ließen, worauf es meines Erachtens beim Elternsein wirklich ankommt.

In den ersten beiden Jahren als Vater war unser Erstgeborener alters- und entwicklungsgemäß lebendig und quirlig. Gleichzeitig war er insgesamt sehr genügsam. Er schloss sich den Vorhaben und Entscheidungen meiner Frau und mir bereitwillig an. Bis zu jenem Tag, als er eines Abends nicht die Zähne putzen wollte.

Er spürte erstmals das sagenhafte Gefühl der Freiheit, nein sagen zu können. Was entwicklungsbedingt wichtig und richtig ist, ich aber damals noch nicht so sehen konnte. Ich flüsterte meiner Frau zu, dass, wenn er sich heute nicht die Zähne putzen ließe, er es morgen und die Tage danach sicher auch nicht tun würde. Und dass wir uns nicht auf der Nase herumtanzen lassen dürften.

Ich versuchte es mit Druck gegen seinen Willen. Der Versuch scheiterte und endete mit Tränen. Das war für mich das Schlüsselerlebnis meiner Vaterschaft.

Ich fragte mich, was für ein Vater ich sein wollte und wie ich die Beziehung zu meinem Kind weiter gestalten möchte. Mit dieser Frage begann meine innere Reise.

Ich kaufte mir Bücher über bindungs- und beziehungsorientierte Elternschaft. Ich lernte das Verhalten von Kleinkindern besser zu verstehen. Ich lernte, dass Kinder mit ihrem Verhalten zeigen, dass sie etwas bewegt oder sie etwas brauchen.



Ich lernte, dass Kinder mit ihrem Verhalten zeigen, dass sie etwas bewegt oder sie etwas brauchen. Ich verstand, dass das kindliche Verhalten eine Resonanz auf ihr Umfeld und ihre Bezugspersonen ist. Das Wissen darum, dass hinter den teils starken kindlichen Gefühlen immer ein Bedürfnis steht, dass es im ersten Schritt zu erkennen gilt, um es im zweiten Schritt bestmöglich stillen zu können, war mir eine große Hilfestellung in meiner Rolle als Vater. Mir war nun bewusst, dass die Wut und Aggression meines Kindes kein schlechtes Benehmen oder schwieriges Verhalten waren, sondern schlicht zu entschlüsselnde Hilferufe.

Doch als die Gefühlsausbrüche meines Kindes stärker und häufiger wurden, stieß ich an meine Grenzen. Denn nun war ich gefordert, das Wissen, welches ich mir angeeignet hatte, auf unsere Beziehung anzuwenden.

Ich musste feststellen, dass mir die Strategien und Handlungsoptionen fehlten, mit diesen großen kindlichen Gefühlen adäquat umzugehen. Es half mir nicht, weiteres Wissen über kindliche Entwicklung anzuhäufen.

Ich musste lernen, wie ich meinem Kind in seinen emotionalen Notlagen tatsächlich helfen kann.

Ich holte mir Rat ein, in welcher Weise und mit welchen Tipps ich mein Kind in emotionalen Notsituationen liebevoll und im Einklang mit meinen Familienwerten begleiten kann. Auch hier durfte ich wieder viel in Bezug auf mein Kind dazulernen.

Ich lernte, was meinem Kind in Momenten starker, überwältigender Gefühle hilft, um diesen emotionalen Prozess in gesunder Weise zu durchleben und wie ich es dabei begleiten kann. Etwa indem ich präsent bleibe, zugewandt und ruhig. Indem ich die Gefühle meines Kindes spiegele und mit ihm nicht nur im übertragenen Sinne auf Augenhöhe kommuniziere – und zwar gewaltfrei. Indem ich meinem Kind in gesichertem Rahmen Raum für seine Gefühle lasse. All die Ratschläge, die ich auf unterschiedliche Weise erfahren durfte, ließen mich erneut stark wachsen und sind noch heute ein großer Mehrwert

für meine Vater-Kind-Beziehung. Doch trotz der hilfreichen Er- und Beziehungstipps rund um die bindungs- und beziehungsorientierte Begleitung und Co-Regulation von Kindern, kam ich erneut und immer wieder an meine Grenzen.

Die wachsende Autonomie und die damit einhergehenden Gefühlsausbrüche meines Kindes erzeugten wiederum in meinem Inneren starke Gefühle und versetzten meinen Körper in emotionale Alarmbereitschaft, sodass ich in diesen Momenten nicht mehr auf mein erworbenes Wissen und die sonst so hilfreichen Tipps zugreifen konnte.

Ich fragte mich, wie es denn sein könne, dass ich trotz meines mittlerweile großen Wissensschatzes, den unzähligen Beziehungsratschlägen und Entspannungstipps, in manchen Situationen trotzdem immer wieder an meine Grenzen komme und in einer destruktiven Art mit meinem Kind umgehe, die einerseits so gar nicht meiner eigentlichen Haltung entspricht, die ich aber andererseits willentlich gar nicht beeinflussen kann. **Die Beantwortung dieser Frage war schließlich der Gamechanger.**

Mein Hauptfokus lag bislang auf meinem Kind, seinem Verhalten, seinen Bedürfnissen und den Umgebungseinflüssen. Ich verkannte jedoch, dass auch ich Teil dieser Umgebung bin und welche bedeutsame Rolle ich als Akteur im Familiensystem spiele. Ich durfte erkennen, dass der Grund für die allermeisten wiederkehrenden Probleme und Konflikte in der Beziehung zu meinem Kind nicht sein „falsches“ Verhalten war.

Mir wurde bewusst, dass meine eigene Biographie, sprich meine negative Prägung, meine unbewussten Handlungsmuster, meine limitierenden Glaubenssätze sowie meine belastenden und unverarbeiteten Kindheitserfahrungen meist der Grund für das auffällige und „negative“ Verhalten meines Kindes waren und sind.

Dieses neue Bewusstsein veränderte alles und beeinflusste die Beziehung zu meinem Kind im positiven Sinne unmittelbar. Mein Hauptfokus lag nun nicht mehr auf meinem Kind, was es sofort spürbar entlastete, sondern auf mir und meiner Biographie.



Ich fasste den Entschluss, die Verantwortung für mein Handeln, Denken und Fühlen zu übernehmen und begann generell als auch situativ immer wieder zu erspüren und zu erforschen, was mir fehlte und wonach ich mich sehnte. Ich entschloss mich, meinem emotionalen Mangel zu begegnen und für mein inneres Wachstum sowie meine emotionalen Bedürfnisse zu sorgen.

Mir erschien plötzlich alles so klar: Die Beziehung zu mir selbst und die Bereitschaft, mich mit mir und meiner Vergangenheit auseinander zu setzen, beeinflusst und fördert wesentlich die Beziehung zu meinem Kind und seine Entwicklung!

Meine unversorgten seelischen Wunden und meine auf limitierenden Glaubenssätzen basierende falsche

Identität waren es meist, die meinem Kind und seiner natürlichen und gesunden Entwicklung im Wege standen.

Ich kam zu dem Schluss, dass der Kern des Elternseins vor allem Beziehungsarbeit bedeutet – und zwar an der Beziehung zu mir selbst als Vater.

Es ist die Bewusstwerdung und die Einsicht, dass das Kind überhaupt nichts falsch macht oder gar falsch ist, sondern dass ich als Vater lediglich an mir arbeiten, wachsen und mich zurückerinnern darf – damit ich werde, wer ich in Wahrheit bin, während das Kind einfach es selbst ist.

Alles Liebe

Marc

Marc Moormann - Wegbegleiter & Cyclebreaker

Sein Herzensanliegen ist es, Eltern dabei zu helfen, sich ihrer limitierenden Glaubenssätze und negativen Prägungen bewusst zu werden, die der natürlichen Entwicklung ihrer Kinder im Wege stehen. Er lebt mit seiner Frau und seinen beiden Kindern an der Ostsee.

Wie gut kennst du deine Beziehung zu Wut?

Lass uns heute über Wut sprechen. Denn sie ist einfach in so vielen Familien ein sehr großes und belastendes Thema.

Lass uns heute über Wut sprechen. Denn sie ist einfach in so vielen Familien ein sehr großes und belastendes Thema.

Wie gut kennst du deine Beziehung zu Wut? Also so wirklich und in der Tiefe! Denn oftmals glauben wir, dass wir bewusst einen gewissen Umgang mit Gefühlen wählen, der unseren Vorstellungen von bindungsorientierter Erziehung entspricht, und merken dann manchmal gar nicht, dass wir darauf ja eigentlich gar keinen wirklichen Einfluss haben, zumindest nicht, wenn da noch Dinge im Verborgenen wirken, die uns nicht bewusst sind. Denn dann springt dein System im brenzlichen Moment einfach auf Autopilot und lässt dir gar nicht die Wahl wie du dich verhalten möchtest. Vermutlich weißt du, was ich meine.

Lass uns doch ein bisschen tiefer in die Thematik eintauchen! Wenn ich dich jetzt frage, ob dein Kind wütend sein darf, so wirst du wahrscheinlich antworten mit: „Ja, klar darf es das! Alle Gefühle sind ok.“

Wenn ich dich im nächsten Schritt frage, ob es dir in den Momenten, in denen dein Kind von Wutmonstern überfallen wird, gelingt, ruhig und bei dir zu bleiben und es empathisch in seinem Gefühlssturm zu begleiten, so wird deine Antwort vielleicht schon etwas wackliger. Stimmt's? Vielleicht gelingt es dir manchmal und manchmal nicht, vielleicht hängt es von der Intensität der Wut ab. Ich verrate dir was! In allererster Linie hängt es davon ab, wie deine Beziehung zu Wut ist! Magst du Wut? Weißt du, wovor sie dich beschützen will? Darf Wut sein? Wirklich? Oder glaubst du nur, dass sie sein dürfen soll? Wie war das denn, als du Kind warst? Warst du wütend? Durftest du wütend sein? Und wie ging es dir damit? Wie haben deine Eltern darauf reagiert? Haben sie dich liebevoll coreguliert oder waren das vielleicht die Momente, wo dir eine Auszeit in deinem Zimmer verordnet wurde? Vielleicht war es sogar noch subtiler?

Weil man dir (vielleicht bereits in deiner Generation) gesagt hat, dass Wut o.k. wäre, aber tief in dir hast du gespürt, dass es keine gute Idee gewesen wäre, wütend zu sein, weil das wiederum Gefühle in deinen Eltern hervorgerufen hätte, die für diese so unaushaltbar gewesen wären, dass deine Beziehung zu ihnen dann in Gefahr geraten wäre. Deshalb hat dein kindliches und so kluges System entschieden, die Wut besser zu meiden und zu unterdrücken. Viel zu gefährlich.

Mach an dieser Stelle gern eine Pause, wenn meine Worte in dir resonieren und fühl mal in dich rein!

Immer wieder begegnen mir Eltern, die oft mit Wut zu kämpfen haben, darunter sehr leiden und sich für ihr Verhalten verurteilen, sich schuldig fühlen. Eine sehr verständliche und gleichzeitig ungute Dynamik, die oft immer weiter nach unten strudelt.

Der Moment im Coachingprozess, in dem klar wird, dass das System in den Momenten, in denen die Wut getriggert wird, gar nicht anders reagieren kann, als selbst zu wüten, weil die Amygdala in den höchsten

Alarmzustand versetzt wurde und feuert, kann sehr entlastend für Eltern sein.

Denn dann wird klar, dass sie sich zwar schuldig für ihr Verhalten fühlen, aber keine Schuld tragen, weil es ihnen hirnhysiologisch gar nicht möglich ist, anders zu reagieren.

Deswegen helfen ja auch all die tollen Tipps gegen Wut in Erziehungsratgebern nichts. Wenn Wut für dich gefährlich ist, dann hast du keine Chance mit deinem Willen da drüber zu gehen. Lass das mal wirken. Vielleicht kannst du jetzt etwas Erleichterung in dir spüren!

Der erste Schritt im Veränderungsprozess ist immer, Bewusstsein zu schaffen. Wenn also klar ist, dass deine Beziehung zu Wut alles andere als rosig ist, Wut für dich vielleicht tatsächlich sogar gefährlich ist, dann hast du selbst keinerlei Strategien, mit diesem starken Gefühl umzugehen. Es hat dir nämlich niemand beigebracht.

Denn bereits deine Eltern waren diesem Gefühl hilflos ausgeliefert. Und so setzt sich der transgenerationale Kreislauf fort, unbewusst und oft subtil.

Du könntest es auch daran merken, dass du (manchmal) in Beziehungsmuster deiner Eltern verfällst, die du als Kind furchtbar fandest und dir einst einmal geschworen hast, dass du so mit

deinen Kindern nicht umgehen werden wirst – und zack bist du mittendrin. Das zu erkennen und zuzulassen tut oft ganz schön weh. Verständlicherweise. Lass den Schmerz zu und erlaube dir dabei dein eigenes Tempo. Vielleicht kannst du anfangs nur ganz zaghaft hinschauen.

Das ist ok und ein wichtiger, erster Schritt.

Erlaube dir auch, genug Mut und Kraft zu sammeln, um dich deiner Desillusionierung und den unaushaltbaren Gefühlen zu stellen, um sie aushalten und fühlen zu können, wenn du das brauchst. Und erkenne immer wieder an, wie mutig du bist!

Wenn wir noch einmal einen Blick auf die Beziehung zu deinem Kind werfen, so wird dir jetzt sicherlich klar, warum die Situationen mit Wut so viel Explosionspotential in eurem System haben. Denn dein Kind spürt, wenn dich Wut in den Alarmzustand versetzt. Wenn du gleichzeitig behauptest, dass es ok wäre, wenn es selbst wütend ist, du dich aber nicht einmal selbst regulieren kannst, dann ist dein Kind verunsichert, weil seine eigene Wahrnehmung und deine Worte nicht zusammen passen. Macht Sinn, oder?

Wenn dem so ist, würde es auch nicht verwundern, wenn Wut in eurem Familiensystem allgemein ein großes Thema ist. Denn dann hängt da einfach ganz viel dran und ihr seid vermutlich ständig im Kampf um Autonomie. Dann bist du die ganze Zeit damit beschäftigt, Wut in deinem Kind zu vermeiden, die ja gefährliche

Gefühle in dir auslösten könnte und dazu führen würde, dass du dich nicht sicher fühlst.

Und dein System ist nun mal immer darauf bedacht, Sicherheit für dich herzustellen. Überlebensmechanismus. Und gleichzeitig verdammt anstrengend.

Höchste Zeit also, deine Beziehung zu Wut einmal genauer unter die Lupe zu nehmen und dich mit deiner Prägung und deinem Schmerz auseinanderzusetzen.

Aus eigener Erfahrung kann ich dir sagen, wie sehr es sich lohnt, sich dabei professionelle Unterstützung zu holen. Du befreist damit nicht nur dich, sondern auch dein Kind. Sei ein Cyclebreaker! Es ist das größte Geschenk, das du deinem Kind (und dir) machen kannst!

Herzensgrüße
Deine Sophie

Sophie Hutter - Systemisches Familiencoaching verbunden & lebensfreudig



Deine kommenden Chancen auf ein Treffen mit der Kinderflüsterei:

pureYou Transformation
29.04. – 04.05.2024 in Saarbrücken



In einer Woche mehr erreichen als in Monaten und Jahren ambulanter Psychotherapie? Machen unsere Klienten dauernd. Not sorry.

Du willst mehr erfahren? Schau auf unsere Website!

Das sagen Teilnehmer über die pureYou Transformation – Woche in der Kinderflüsterei:

“Diese Woche war etwas, was ich so nicht erwartet habe. Nach unzähligen Versuchen mein Leben und mich “zu verstehen” (Therapien, Coaching, etc.) hat meine Seele endlich “Ruhe” gefunden. Ich konnte mich zum ersten Mal seit Ewigkeiten wieder fühlen. Die Woche war gefüllt mit Tränen, Lachen, Erkenntnissen, Freundschaften, Verbindungen, Stille, Schreien, Umarmungen und tiefen Emotionen. Jeder, der sich selber begegnen möchte, ist hier genau richtig.”
Nicole

pureParents Empowerment

Der Termin wird individuell mit Dir vereinbart

Allerfeinstes, exklusives Einzelcoaching mit Alexandra für dich oder deine Familie? In aller kürzester Zeit deine Familie in deine neue Welt holen und Prozesse beschleunigen?

Machbar, wenn wir schon mal zusammengearbeitet haben. Schick uns eine kurze Mail an post@kinderfluesterei.de, wenn du mehr erfahren magst?

pureYou Live in Hamburg
22.06. – 23.06.2024



HAMBURG, wir kommen ♥

Vom 22.06. – 23.06.2024 findet unser Event „pureYou Live“ in Hamburg statt. Ein zweitägiges Event der Extraklasse. Du willst Klarheit, Inspiration und Verbundenheit oder dich endlich wieder spüren? Du willst dich überhaupt mal spüren, ohne zu wissen, dass du dich vielleicht gar nicht spürst?

Im Anschluss an deine Teilnahme bei einem unserer pureYou Live – Events, schenken wir dir zusätzlich 3 Monate Mitgliedschaft in unserer Community, um all deine Erlebnisse nochmals zu teilen und mit uns zu beleuchten.

Das sagen Teilnehmer über die pureYou Live Veranstaltung in der Kinderflüsterei:

„Großartige Menschen mit viel Herz, Know-How und einer Vision, die unser aller Welt verändert!! Euer Wirken ist wunderbar!! Macht einfach weiter so! Ich freue mich auf viele weitere Begegnungen, denn " Bewusstsein ist eine Einbahnstraße" Man kommt nicht umhin auf dieser Straße weiter zu gehen und das auf jeden Fall mit der Kinderflüsterei♥“

NEW

pureYou

Adventure

08.07. – 13.07.2024 PORTUGAL

Im Sommer gibt es ein ganz neues Event mit uns geben.

Eine einzigartige Mischung aus Abenteuer, Wachstum, Verbundenheit, Coaching, Therapie, Spaß und Sport! Löse emotionale Blockaden und erlebe Wachstum auf allen Ebenen!

Triff Gleichgesinnte, erfahre tiefe Verbundenheit, Freiheit und surfe auf deiner Welle in ein neues Leben. Ein Außergewöhnliches Event und die Kinderflüsterei hautnah.

Unvergessliche Momente, an die du dich dein Leben lang erinnern wirst.

Ein Feuerwerk an Transformation!

Schnelle, effektive und nachhaltige Transformation verbunden mit Verbindung, Freiheit, Wahrhaftigkeit und Spaß. Sei dabei!

Neugierig auf dieses ganz besondere Event? Melde dich hier für die kostenlose Infoveranstaltung am 08.05.24, um 19 Uhr an und finde heraus, wo du wie wachsen kannst!



kinder flüsterei
be pure.

pureYou

NEW

Adventure

Erlebe Außergewöhnliches



Bist du bereit für ein riesiges Abenteuer und ein Feuerwerk an Transformation? Bereit für Außergewöhnliches, von dem du den Rest deines Lebens zehren wirst?

Dann komm zu uns nach Portugal in unser 6-tägiges PureYou Adventure und hab die Zeit deines Lebens. Finde Verbundenheit, Freiheit, Spaß und dich selbst!

BOOK NOW



6 Tage gemeinsam unter einem Dach



Boxeinheiten



Surf lessons



1:1 Coaching mit Alexandra



Transformationsessions



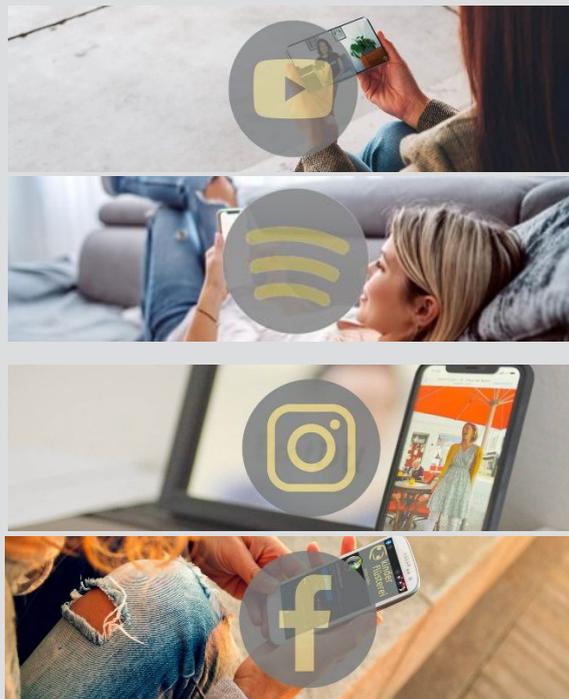
Yoga
u.v.m.

KINDERFLÜSTEREI FAMILIENCOACHING GMBH
MAINZER STRASSE 120
66121 SAARBRÜCKEN
WWW.KINDERFLUESTEREI.DE



Kinderflüsterei Familiencoaching GmbH
Mainzer Straße 120
66121 Saarbrücken
Homepage: www.kinderfluesterei.de
Blog: www.kinderfluesterei.de/blog

Find us on:



Texte: Mareike Fell – Praxis „die Sinnstiftung“ Hamburg
Marc Moormann - Wegbegleiter & Cyclebreaker
Sophie Hutter - Systemisches Familiencoaching verbunden & lebensfreudig

Layout: Nathalie Westreicher