

## Workshop "Wir Eltern - Unseren Gefühlen Raum geben"

**Datum:** 21.-23.11.2025 (Anreise 21.11.2025)

**Location:** DJH Göttingen (Habichtsweg 2, 37075 Göttingen)

**Leitung:** Manuel Spors / Gudrun Stollorz

### **Weitere Informationen:**

Eltern von Kindern mit Behinderung stehen oft vor einzigartigen Herausforderungen, die eine Vielzahl von Gefühlen hervorrufen können, von Liebe und Stolz bis hin zu Angst, Trauer, Frustration und Überforderung. Diese Gefühle können sich im Alltag aufstauen und das Wohlbefinden beeinflussen. Dieser Workshop bietet Ihnen einen geschützten Raum, in dem Sie die Gelegenheit haben, ihre Emotionen zu erkunden und zu verstehen, sich nicht erklären brauchen, von den Perspektiven und Erlebnissen der anderen Eltern profitieren können und sich mit Ihren Geschichten, Träumen und Fragen willkommen und sicher fühlen. Ziel ist es auch, ihnen die erforderlichen Werkzeuge zur Verfügung zu stellen, um auch zukünftig belastende Emotionen besser zu verarbeiten.

Sie erwartet eine ausgewogene Mischung an lebendigem Austausch, intensiver Eigenarbeit, vertrauensstiftendem Teambuilding und heiterem Beisammensein.

### **Programm**

| <b>Samstag,</b> |                                    | <b>Sonntag,</b> |                             |
|-----------------|------------------------------------|-----------------|-----------------------------|
| 08.00 Uhr       | Frühstück                          | 08.00 Uhr       | Frühstück                   |
| 09.00 Uhr       | Begrüßung & Kennenlernen           | 09.00 Uhr       | Tension Releasing Exercises |
| 10.00 Uhr       | Angst, Wut, Trauer, Scham & Freude | 10.00 Uhr       | Zukunftsplanung             |
| 12.30 Uhr       | Mittagessen & -pause               | 12.30 Uhr       | Mittagessen & -pause        |
| 14.00 Uhr       | Achtsamkeitsbasierte Ich-Grenze    | 13.30 Uhr       | Auswertung • Vernetzung     |
| 18.00 Uhr       | Abendessen                         | 15.00 Uhr       | Verabschiedung              |

Je nach Bedarf werden weitere Pausen vereinbart und die Abendgestaltung am Samstag gemeinsam organisiert. Freilich können Sie jederzeit vor Ort Ihre persönlichen Anliegen oder Fragen einbringen und somit die gemeinsame Zeit mitgestalten.

## Dozentenprofile

**Gudrun Stollorz** ist gelernte Krankenschwester und hat als solche über 25 Jahre gearbeitet. Mit 44 Jahren entschied sie sich für ein Psychologiestudium an der Universität Bremen. Anschließend absolvierte sie eine 5-jährige nebenberufliche Weiterbildung zur analytisch, tiefenpsychologisch orientierten Körpertherapeutin. Seit 2012 arbeitet sie als Therapeutin in eigener Praxis in Worpswede. Sie ist verheiratet und hat einen erwachsenen Sohn.

**Manuel Spors** ist freiberuflicher Trainer für Teamentwicklung und Gesundheitsförderung. Als Fachkraft für Geschwister von Menschen mit Behinderung oder chronischer Erkrankung leitet er seit 2008 entsprechende Angebote für diverse Träger bundesweit. Er selbst ist mit sechs Geschwistern und einem behinderten Pflegekind aufgewachsen, hat Mathematik und Sportwissenschaft studiert und lebt mit seiner elfjährigen Tochter in Leipzig.

## Informationen zu den Tickets

Die Tickets beinhalten zwei Übernachtungen und Verpflegung während der Dauer des Workshops. Kinderbetreuung möglich (empfohlen wird aber ohne Kinder daran teilzunehmen, damit Sie sich völlig auf den Workshop konzentrieren können).

**Preise:** Erwachsene Mitglieder: **85€**  
Kinder ohne PWS Mitglied: **50€**

Erwachsene Nicht-Mitglied: **160€**  
Kinder ohne PWS Nicht-Mitglied: **100€**

Kinder mit PWS **Kostenlos**

## Hinweis zur Einwilligungserklärung für Aufnahmen:

Bitte lesen Sie weiter unten die Bedingungen der Einverständniserklärung für Aufnahmen während des Workshops. Sie brauchen nicht das Formular drucken und ausfüllen. Ihre Zustimmung oder Ablehnung der Einwilligung erteilen Sie uns bei der Eingabe der Daten der TeilnehmerInnen.

## Einwilligungserklärung für Video- und Fotoaufnahmen während des Workshops

---

Wir/Ich sind/bin damit einverstanden, dass im Rahmen der Vereinstätigkeit der Prader-Willi-Syndrom Vereinigung Deutschland e.V. Video- und Fotoaufnahmen gemacht und ausschließlich kontextbezogen verwendet werden. **Wir/Ich stimme/n zu, dass Einzel- und Gruppenaufnahmen** gemacht werden, die in der **Mitgliederzeitschrift PWS-Info** (Print und digital) **und Internetveröffentlichungen** der PWSVD (z.B. Vereins-Homepage, eigene Auftritte in Sozialen Medien) veröffentlicht werden können. Unsere/Mein Name/n und der Name unseres/meines darf/dürfen im Zusammenhang mit den Aufnahmen genannt werden.

### Unsere/Meine Einwilligung bezieht sich auf Aufnahmen

- von uns/mir,
- von unserem/meinem Kind, bzw. unseren/meinen Kindern.
- Wir/ich möchte/n nicht, dass Aufnahmen von uns/mir und/oder unserem/meinem Kind gemacht und verwendet werden.

---

Vorname Name

---

Ort, Datum

---

Unterschrift