

Über den Ort

Die Jugendakademie Walberberg ist eine Bildungs- und Begegnungsstätte, die zwischen Köln und Bonn gelegen ist. Die unmittelbare Nähe zur Natur - wie der nahegelegene Berggeisterweiher - lädt zu Spaziergängen in den Pausen und zum Wandern ein. In der Jugendakademie finden unter anderem nationale und internationale Seminare statt und sie ist mit ihren zahlreichen Seminarräumen bestens für uns geeignet.

An- und Abreise

Das Seminar startet am Freitagmorgen um 10.00 Uhr und endet am Sonntag nach dem Mittagessen.

Die nächstgelegene Straßenbahnhaltestelle ist "Bornheim-Schwadorf", erreichbar mit der Linie 18, ab Köln oder Bonn. Von dort sind es etwa 1,5 km Fußweg oder mit dem Fahrrad oder Taxi.

Was wir nicht sind

Wir sind kein psychotherapeutisches Selbsterfahrungsseminar. Das Kennenlernen des eigenen Innenlebens ist zwar Teil des Seminars, wir sind jedoch kein Ersatz für professionelle Psychotherapie.

Wir wenden uns strikt gegen Rassismus, Sexismus und alle Formen der Diskriminierung. Wir wollen einen offenen und inklusiven Raum anbieten.

Preise

Teilnahme inkl. VP und Seminarraum	399 Euro
EZ für 2 Nächte	91 Euro
Gesamtkosten	490 Euro

Anmeldung bis 19.10.2025

Jakob Schatt
jakob.schatt@gmail.com

bei Rückfragen könnt ihr euch
gerne telefonisch melden:
+4917662465633

Wir freuen uns auf ein spannendes
Seminar mit euch!



Zwischen Brücke und Bruch

Ein Austausch über
Nähe und Distanz zu
den eigenen Eltern

06.-08.02.2026
Jugendakademie Walberberg
Bornheim



Wer wir sind

Saskia Junker (oben) ist Sozialarbeiterin und hat die Grundausbildung in der Themenzentrierten Interaktion sowie die Ausbildung zum TZI-Coach absolviert. Derzeit arbeitet sie als Abteilungsleiterin in der Jugendförderung eines Jugendamts. Freiberuflich coacht sie Führungskräfte, Teams und Mitarbeitende und gibt Kurse im Intuitiven Bogenschießen. Sie hilft ihren Coachees eigene Stärken und Grenzen aufzudecken, hemmende Denkmuster abzuschalten und neue Perspektiven einzunehmen.

Jakob Schatt (rechts) ist ausgebildeter Psychologe und befindet sich derzeit in der Ausbildung zum Psychotherapeuten. Er hat vor 4 Jahren die Grundausbildung in Themenzentrierter Interaktion sowie 2024 die Coachingausbildung am Ruth Cohn Institut abgeschlossen. Neben seiner Arbeit mit psychisch erkrankten Menschen beim Verein LOK bietet er Workshops und Gruppenmoderationen an. Eine empathische Gruppenleitung mit einem humanistischen Menschenbild stehen bei ihm im Vordergrund.

Seminarinhalte

Seine Eltern sucht man sich nicht aus, ebenso wenig wie die eigene Kindheit. Als Erwachsene aller Altersgruppen machen viele von uns die Erfahrung, unsere Eltern zunehmend mit mehr Abstand zu betrachten: von Mensch zu Mensch. Was passiert, wenn wir nun merken, dass mir der Kontakt mit diesen Menschen sehr viel Kraft kostet, oder sogar schadet? Wie viel Kraft lege ich dann in diese Beziehung und wo ziehe ich meine Grenzen? Und wann überlege ich auch den Kontakt auch abubrechen?

An diesem Seminarwochenende hast du die Möglichkeit, dich mit anderen Menschen zu diesen Themen auszutauschen und gemeinsam zu reflektieren. Zusammen gehen wir Mustern auf den Grund und setzen ein Fragezeichen hinter das Bild der unerschütterlichen Familienbande. Denn nicht jede Familie ist das sichere Nest, das sie sein sollte. Der Schmerz über die eigene Familie ist ebenso willkommen wie die Erleichterung und das Selbstbewusstsein einen neuen Weg mit der eigenen Familie zu finden - deinen Weg.

Der Austausch mit Menschen, die ähnliche Erfahrungen gemacht haben, steht in unserem Seminar im Mittelpunkt und macht deutlich: Du bist nicht allein. In der Gemeinschaft findest du nicht nur praktische Tipps, sondern auch die Möglichkeit, dein Selbstbewusstsein zu stärken und deinen Lebensweg authentisch weiterzugehen.

Wenn du Lust hast, dich bewusst und aktiv mit diesem Thema auseinanderzusetzen und neue Perspektiven für deinen weiteren Weg zu gewinnen, freuen wir uns, dich in unserem Seminar willkommen zu heißen.

Wie wir Seminare leiten...



Saskia und Jakob haben die Grund- und Coachingausbildung der Themenzentrierten Interaktion absolviert. Diese beruht auf einem humanistischen Menschenbild: Jeder Mensch hat das grundsätzliche Potential, sich bewusst weiterzuentwickeln und zu verändern.

Wir verstehen unsere Kompetenz darin, einen sicheren Rahmen für euch zu gestalten. In dieser empathischen Atmosphäre schaffen wir Platz für den authentischen Austausch untereinander. In der Gruppe kriegt ihr die Möglichkeit, neue Perspektiven zu entwickeln und mit altem Erlebtem in Kontakt zu treten, es neu zu betrachten und vielleicht ein Stück weit loszulassen.

