



## Dein Kind...

*...ist sensibel, anhänglich und irgendwie anders?*

*...bringt dich täglich an deine Grenzen?*

*...lässt dich an deiner Elternkompetenz zweifeln?*

Lass uns gemeinsam mehr Leichtigkeit  
in dein Familienleben bringen und  
deinen ganz eigenen Weg finden.

## "Wie soll ich mit meinem Kind umgehen?"

Liegen deine Nerven blank, weil dein bedürfnisstarkes Baby permanent schreit und sich kaum beruhigen lässt?

Bist du vollkommen am Ende, weil dein gefühlsstarkes Kind dich mit seinen Wutanfällen in den Wahnsinn treibt?

Oder verzweifelst du, weil du kaum noch an deinen introvertierten Teenie herankommst und er sich immer weiter zurückzieht?

Als hochsensible Mama von drei Kindern kenne ich die Überforderung, jeden einzelnen Zweifel und die einsame Hilflosigkeit mit solch intensiven Emotionen nur zu gut. Was das Ganze allerdings noch verschlimmert, sind das Unverständnis von außen und die ungefragten Ratschläge.

## Doch du bist nicht allein!



Gefühlsstarke, temperamentvolle und sensible Kinder haben eine reizintensive Wahrnehmung und dadurch besondere Bedürfnisse.

Das kann Eltern überfordern und sie an ihre Belastungsgrenzen bringen.

### **Aber es gibt einen Weg daraus!**

Ich bin ihn selbst gegangen und lebe heute in deutlich mehr Leichtigkeit und viel selbstsicherer mit den starken Emotionen von mir und meinen Kindern, statt dagegen anzukämpfen.



Ich bin Sylwia,



*Expertin & dipl. Fachpädagogin für Hochsensibilität,  
selbst feinfühlig und wahrnehmungsstark,  
Mama von drei gefühlsstarken Kindern  
und mittlerweile sehr dankbar für all das.*

Ich begleite Mamas, Papas oder ganze Familien auf ihrem Weg zu einem achtsamen und bedürfnisorientierten Miteinander.

#### Gemeinsam:

- arbeiten wir ganz nach deinen Wünschen dort, wo du dich wohlfühlst.
- untersuchen wir versteckte & festgefahrene Strukturen deines Alltags.
- lernen wir die emotionalen Bedürfnisse deines Kindes kennen & mit ihnen umzugehen.
- entwickeln wir Lösungsansätze für mehr Leichtigkeit im Familienalltag.
- holen wir die Balance zurück in dein Leben.
- lösen wir Selbstzweifel auf & stärken dein Selbstvertrauen für deinen ganz eigenen Weg.



Du arbeitest als pädagogisches Fachpersonal und möchtest dich oder dein Team im Bereich Hochsensibilität gerne weiterbilden?

Dann kontaktiere mich gerne für einen Vortrag oder Workshop.

# Sylwia Sarnacki

Expertin für Hochsensibilität

## Zum Kennenlernen:

- Erstgespräch als Geschenk für dich
- kostenloser HSP Mama-Club online
- regelmäßige Treffen im Familiencafé in Osnabrück

## Beratungen:

- online
- nach Absprache vor Ort
- bei einem gemeinsamen Spaziergang
- bei dir zu Hause

## Kontakt:



[kontakt@kaluni.de](mailto:kontakt@kaluni.de)



0163 5348377



[www.kaluni.de](http://www.kaluni.de)



[hochsensible.dreifach.mama](https://www.instagram.com/hochsensible.dreifach.mama)

Scan mich  
für mehr Infos:

