

Sprache, die verbindet

Möchtest du gerne
respektvoll und **wertschätzend**,
klar, **offen** und **direkt** kommunizieren?



Und fragst du dich, wie Sprache so gelingen kann, dass **Verbindung** entsteht statt Trennung?

Wie (scheinbar unlösbare) Konflikte gelöst werden können, und dabei trotzdem die **Bedürfnisse aller** berücksichtigt werden?

Das und mehr ermöglicht die **Gewaltfreie Kommunikation** (GFK – nach Marshall B. Rosenberg).

Und mit ‚gewaltfrei‘ ist **nicht** gemeint, ‚immer-nett‘ oder ‚weichgespült‘ zu sein.

Im Gegenteil: es geht darum klar, offen, ehrlich und direkt zu sagen, worum es mir geht und das, ohne dabei vorwurfsvoll werden zu müssen.

Oder wie ich Mitgefühl erleben kann, auch wenn ich andere Werte und eine andere Sichtweise und Meinung als mein Gegenüber habe.

Besonders kostbar ist für mich die Möglichkeit mich selbst mit meinen **Gefühlen**, **Bedürfnissen** und **Werten** besser kennenzulernen. Dadurch erweitere ich meinen Handlungsspielraum und die Chance, Verbindung zu erleben.

Wenn dich das anspricht und du gerne mehr dazu erfahren und dabei erleben willst, nimm herzlich gerne Kontakt mit mir auf.



Uta Johanna Walle

info@uta-johanna.de

0178 - 55 19 687 oder **07164 - 9152291**