



HÖR MIR MAL ZU!

ACHTSAME SPRACHE IN BEZIEHUNGEN

Ein familylab-Workshop mit Praxis-Elementen

SAMSTAG, 12. JUNI, 10.00-16.30 Uhr

Sprache ist Überbringer von Informationen, aber auch von Gefühlen. Die Qualität einer Beziehung entscheidet über unser Wohlbefinden und wird von der Anwendung der Sprache beeinflusst.

Wer wünscht sich nicht ein Familienleben, in dem es achtsame und wertschätzende Beziehungen gibt, in dem der Alltag nicht ständig von Streitigkeiten um die kleinsten Dinge geprägt ist? In Zeiten der Pandemie nochmal besonders. Es stellt sich die Frage, wie wir in einem Alltag, geprägt von Termindruck, Perfektionismus und digitalen Ablenkungen, noch liebevoll und wertschätzend miteinander umgehen können?

„Man kann nicht nicht kommunizieren“, ist ein berühmtes Zitat des Psychotherapeuten Paul Watzlawick. Und er trifft dabei den Nagel auf den Kopf. Wir kommunizieren permanent mit unserer Umwelt, ob wir wollen, oder nicht. Wir kennen alle den Spruch „Der Ton macht die Musik“, aber wie können wir die Töne so zum Klingen bringen, dass der Inhalt gut rüberkommt? Welche Worte wählen wir und in welchem Tonfall übermitteln wir unsere Anliegen? Sagen wir „ja“, wenn wir ja meinen? Werde ich wirklich gehört und kann ich wirklich Zuhören? Wie kann ich effektiv kommunizieren und dabei sowohl meine Integrität, als auch die des andern wahren?

In diesem Tagesseminar geht es um Ihre Erfahrungen und Fragen rund um Ihr Familienleben und wie wir in alltäglichen Situationen, aber auch in Konflikten, achtsam bleiben und wertschätzend kommunizieren können, um die Beziehungsqualität positiv zu beeinflussen.

Wir werden:

- auf unterschiedliche Sprachtypen eingehen
- das Prinzip der Gleichwürdigkeit und die Grundlagen der familylab-Werte beleuchten.
- sehen, wie wertschätzende Sprache die Entwicklung des Selbstwertgefühls im Kind beeinflusst
- den Unterschied zwischen Anerkennung und Lob verstehen
- die Bedeutung von aktivem Zuhören erfahren
- das dialogische Kommunizieren in der Beziehung kennen lernen

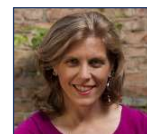
familylab.de ist eine internationale Organisation für Kompetenzentwicklung gegründet von dem dänischen Familientherapeuten **Jesper Juul**. Das Ziel ist, Erwachsene zu stärken, um Kinder in deren Entwicklung zu unterstützen. Im Umgang mit Konflikten und Alltagsschwierigkeiten bietet familylab Orientierung und Impulse. Hierbei geht es nicht um Methoden mit der Kinder auf Knopfdruck funktionieren, sondern herauszufinden, was Kinder und Erwachsene brauchen, damit sie sich positiv entwickeln können.

Ort: Klüberstraße 16, im 1. OG • 60325 Frankfurt am Main – Westend Süd
(S-Bahn: „Taunusanlage“ / Parken, U-Bahn: „Alte Oper“)

Kathrin Alsfasser, familylab-Seminarleiterin, Dipl. Sportlehrerin, Dipl. Motologin,
Themenschwerpunkt ist das therapeutische Arbeiten mit Kindern, u.a. in einer interdisziplinären Frühförderstelle sowie mit erziehungsschwierigen Kindern und Jugendlichen in einer Jugendhilfeeinrichtung.



Constanze Volhard, Mutter, familylab-Seminarleiterin,
Trainerin für körperorientierte Persönlichkeitsentwicklung,
Ausbildung in verschiedenen Methoden der humanistischen Psychologie.



Preis: 110,- Euro

ANMELDUNG bis zum 7. Juni 2021 unter:

kathrin.alsfasser@familylab.de oder **constanze.volhard@familylab.de**

Die derzeitigen Hygiene- und Abstandsmaßnahmen werden eingehalten und wir stellen Masken und Desinfektionsmittel bereit.
Sollte der Workshop nicht stattfinden können, überweisen wir selbstverständlich zurück.

Mit Ihrer Teilnahme an einer familylab-Veranstaltung stimmen Sie zu, dass Sie die Verantwortung für Ihr Tun selbst übernehmen.
Weder familylab noch die Organisatoren übernehmen für evtl. auftretende Schwierigkeiten oder Verletzungen eine Haftung.