



Reihe

»LebensSinn im LebensWert«

mit kurzem **Impulsvortrag** von

Michael Hartenstein

zu „**Gewaltfreier Kommunikation**“

mit abwechselnden Themen (s. Rückseite)

und anschließendem Gedanken-Austausch

jeweils freitags

von 19:30 – 21:30 Uhr

im

Naturkostladen LebensWert

63667 Nidda, Hindenburgstraße 19

Tel. 06043 9856933

- Anmeldung erforderlich -

Eintritt €6,00 - Mitglieder des Vereins LebensWert €4,50



Die nächsten Themen:

(Änderungen vorbehalten)

09.03.2018

Die Kraft meiner Glaubenssätze / Grundüberzeugungen

Ist Ihnen auch schon mal aufgefallen, dass es innere Glaubenssätze gibt, die Sie davon abhalten, das zu tun (oder zu lassen) was Sie wirklich tun (oder lassen) wollen?

Unsere oft unbewussten Überzeugungen, Glaubenssätze (GS), formen unsere Erfahrung und Wahrnehmung. Sie hindern uns, ein Leben in voller Fülle zu leben.

Viele dieser Muster waren in bestimmten Lebensphasen notwendig und wichtig für uns. Sie helfen, uns in der Welt zu orientieren ohne ständig alles neu zu hinterfragen.

Einige verfestigen sich jedoch unbewusst und wir schleppen sie weiter mit uns herum, auch wenn sie uns längst nicht mehr dienlich sind.

23.03.2018

Was hat meine Gesundheit mit meinen Bedürfnissen zu tun?

Wenn ich davon ausgehe, dass die meisten Krankheiten seelischen Ursprungs, also psychosomatisch sind, ist es sinnvoll, sich über das Wohlbefinden der Seele Gedanken zu machen.

Und doch fällt es vielen Menschen immer wieder schwer, im Alltag konkret auf ihr (seelisches) Wohlbefinden zu achten.

Im Zentrum der einfühlsamen Kommunikation stehen die menschlichen Grundbedürfnisse. Es ist wichtig, dass wir unsere Bedürfnisse kennen/wahrnehmen (lernen), sie akzeptieren, d.h. sie als etwas Wichtiges und Lebensbejahendes anerkennen und schließlich auch ausdrücken.

Weitere Themen nehme ich gerne
aus dem Teilnehmerkreis auf!



Bedürfnis-Coach
Kommunizieren mit Herz
© Michael Hartenstein