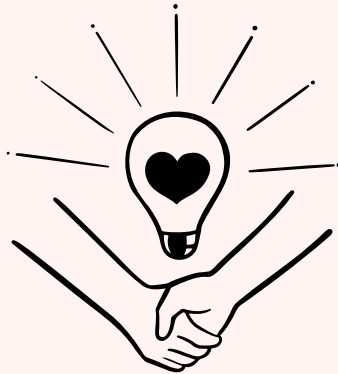


WORTE HABEN MACHT

"Jedes Wort wirkt!

**Jedes Wort bewirkt und jedes Wort hat eine Auswirkung.
Wörter sind machtvoll, sie können schwächen oder stärken,
motivieren oder demotivieren,
trennen und verbinden."**



WAS KANN ICH TUN?

- * in Kontakt mit mir selbst sein (wie geht es mir?)
- * gleichzeitig sich unvoreingenommen auf eine andere Person einstimmen
- * zuhören und gehört werden
- * Neugier, Interesse
- * Offenheit, Präsenz
- * Ich-Botschaften (statt Verallgemeinerungen)
- * Bedürfnisse äußern und verstehen

WUNDERPAUSE - DURCHATMEN

"Zwischen Reiz und Reaktion liegt ein Raum. In diesem Raum liegt unsere Macht zur Wahl unserer Reaktion. Und in unserer Reaktion liegen unsere Entwicklung und unsere Freiheit." Viktor Frankl