



# Zuhören wie Momo

Ein Empathie-Training für Eltern, die gut mit sich und mit ihren Kindern im Kontakt sein wollen

## Was erwartet Sie?

Sie lernen die Grundelemente der Einfühlsamen Kommunikation nach Marshall Rosenberg kennen, die Ihnen als Praxis zum achtsamen Innehalten, als Leitfaden zum Begegnung stiften und als Kompass in Konflikten dienen kann.

Im Zentrum der Anwendung in diesem Kurs stehen das auf Gefühle und Bedürfnisse fokussierte empathische Zuhören – auch das Auf-sich-selbst-horchen - sowie die eigene Erfahrung, auf diese Weise gehört und verstanden zu sein.

Neben kurzen Inputs ist der Kurs vor allem als praktisches Übungsfeld entlang von Situationen und Anliegen aus Ihrem Eltern-Alltag gestaltet.

## Wo geht die Reise hin?

Zu mir kommen, Verständnis erfahren, entlastet und inspiriert sein.

Enge und Ärger in konstruktive Tatkraft verwandeln.

Meinem Kind „zuhören wie Momo“: aufmerksam, annehmend, absichtslos.

Mich wohlwollend klar mitteilen können.

Kontakt und Kooperation erleben.

**Ein kostenfreies Angebot für Potsdamer Eltern.**

**Wo?** EJF-Beratungsstelle Lösungsweg Potsdam, Behlertstr. 27

**Wann?** Sa., 25.11.23 (10-16 Uhr) + So., 26.11. (10-14 Uhr)

**Veranstalter und Treffpunkt:** EJF-Beratungsstelle Lösungsweg Potsdam, Behlertstraße 27, 14467 Potsdam, Tel. 0331-6207799

**Anmeldung bitte per Email:** loesungsweg-potsdam@ejf.de mit Angabe von Name, Adresse und Telefonnummer

**Kursleitung:** Astrid Schütte, freie Mitarbeiterin EJF-Beratungsstelle Lösungsweg, zert. Trainerin für Gewaltfreie Kommunikation

Foto: Juttaschnecke/photocase.de

