

**Donnerstag, 26.09.2019 - 18:30 bis 20:30 Uhr**

Impuls-Abend in der Naturheilpraxis

## **Workshop „Kommunikation im Affekt“**

**Leitfrage: Wie kann Kommunikation gelingen und zu erfüllteren Beziehungen beitragen?**

### **„Kommunikation beginnt im Körper“**

Auch das Chatten per WhatsApp hat eine körperliche Basis. Oft ist nicht der Inhalt, sondern die „affektive Tönung“ der Kommunikation für das Gelingen entscheidend.

Sind wir gefühlsmäßig auf einer Wellenlänge oder mündet unsere „**Gefühlswallung**“ in einen Strudel aus handfestem Streit oder sich wiederholenden Auseinandersetzungen?

Affekte sind „Beweger“, Signale des Unbewussten und unmittelbare Auslöser von Körperempfindungen in den Dimensionen **positiver Affekt – negativer Affekt**.

**Ziel:** Den Strudelwurmfaktor (Affektbilanz) dafür nutzen, dass unser Verstand klarbekommt, was in uns los ist und was wir zur Klärung der Konfliktsituation besonders brauchen. *Für eine stimmige Kommunikations-Beziehung!*

*„Kommunikation ist für eine Beziehung, was der Atem für das Leben ist.“  
(Virginia Satir)*

## **Veranstaltungsort**

**Naturheilpraxis Maike Hoyer**

Dorfring 41, 27801 Dötlingen

E-Mail: [praxis@heilpraktikerinhoyer.de](mailto:praxis@heilpraktikerinhoyer.de)

Web: <https://heilpraktikerin-vitaltrainerin-hoyer.de>

## **Anmeldung zum Workshop** KLÄR)WERK

**Leitung: Sven Lehmkuhl**

Coach für GESUNDE & AGILE SELBSTFÜHRUNG

Am Fesenfeld 2, 28816 Stuhr

**Telefon:** 0421 – 167 66 180

**E-Mail:** [sl@klaerwerk-meinweg.de](mailto:sl@klaerwerk-meinweg.de)

**Kennenlern-Angebot am neuen Standort Dötlingen:**

**Einzelpreis: 20,00 Euro** statt ~~25,00 Euro~~

Die Impuls-Abende in der Naturheilpraxis Maike Hoyer ergänzen das Praxisangebot im Bereich Persönlichkeitsentwicklung. Grundlage ist das Zürcher Ressourcenmodell, das Körpergefühl und Psyche integriert betrachtet. Die Methoden sind in allen Lebensbereichen anwendbar, unterstützen die Stressbewältigung, fördern die psychische Flexibilität und erweitern die persönlichen Handlungsmöglichkeiten.