

Ausgehend von Erkenntnissen der modernen Hirnforschung erfahren Sie an diesem Abend etwas über die Bedeutsamkeit von **Aufmerksamkeitsfokussierung** - vor allem auf **sprachliche Muster** - und wie wir unsere neuronalen Netzwerke reorganisieren können, wenn wir „anders“ sprechen:

Wir mixen *Wortcocktails*, brechen sprachliche Dichte durch **Reframing** auf. Wir finden heraus, was **konstruktive Sprache** bedeutet und wie *schöne Worte* Wohlbefinden auslösen und *neue Worte* Lösungsräume öffnen können.

Sie sind eingeladen, auszuprobieren und zu reflektieren, was sich jeweils in Ihren Gefühlen verändert, um dann (selbst-)bewusster und leichter ins neue Jahr zu gehen.

Leitung: Astrid Lardinoix, Lehrerin für Englisch und katholische Religion an beruflichen Schulen, systemische Beraterin (SG), Supervisorin im Rahmen von Gesundheitsprävention an Schulen (ZSL), Gestaltpädagogin (IGBW in Ausbildung)

Beginn: Donnerstag, 11. Januar 2024, 19:00 Uhr

Anmeldung: Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Bitte bringen Sie Schreibunterlagen mit.

Eintritt: Der Eintritt ist frei. Der Trägerverein AuszeitHaus Hohenlohe e.V. freut sich über eine Spende zur Finanzierung der Gesprächsbegleitungen.