

Elterngruppe

Empathische Kommunikation

Online live mit Ariane Brena



Eine sichere Bindung gibt euren Kindern die Grundlage, sich entspannt in immer weitere Erkundungen der Welt und des Lebens hinaus zu wagen. Jederzeit zurückkehren zu können in den sicheren Hafen ihrer primären Bezugsmenschen ist die Voraussetzung dafür, ihre Lust am Lernen und Entdecken zu behalten und zu entfalten.

Dass sich die Großen empathisch mit dem Kind verbinden, egal ob es selbst schon sprechen kann oder nicht, ist wesentlich für sein Vertrauen in das Leben und in seine eigene Selbstwirksamkeit.

Eine empathische Sprache ist dabei ein Werkzeug, das zu verwenden du lernen und üben kannst. Du beginnst mit der Beziehung zu dir selbst: Was ist in mir gerade lebendig? Bin ich müde, genervt, unsicher? Will ich mein Kind gern unterstützen, es verstehen, ihm Geborgenheit vermitteln – weiß aber manchmal nicht, wie? Bin ich irritiert von sooo vielen Ratschlägen, Vorstellungen, Erziehungs-Konzepten, kritisiere ich mich selbst? Fürchte ich, jedes meiner Worte, jede Handlung könne „falsch“ sein und daher potentiell gefährlich für das Gedeihen des Kindes und seines späteren Lebens?

In der Gruppe werden wir an euren alltäglichen Situationen ansetzen und nach dem Motto „Ich zuerst“ erkunden, was dir in dem Fall selbst wichtig ist und was du gern lernen willst. Erst dann gehen wir in die spekulative Empathie für die Kinder. Und du wirst staunen, wie viel du längst weißt über die Bedürfnisse der Kleinen und der größeren Heranwachsenden! Eine Verbindung eurer Herzen besteht ja längst, auch wenn es manchmal in Konflikten zwischen euch scheppert. Was hinzukommen darf, sind Worte (und Geduld), die dieser Herzensverbindung dienen – und manchmal auch das *Ver*lernen von Worten, die sie stören.

Es gibt je Quartal ein Abo von **6 Terminen à 75 - 90 Minuten** für bis zu 6 Teilnehmende (bei weniger als 4 Teilnehmenden circa 60 Minuten).

Der erste Termin **steht jeweils auf <https://brena.de/termine.html>**. Die Folgetermine werden wir dann vereinbaren.

Als Energieausgleich bitte ich um **96 € je Abo**. Melde dich bitte mit Name, Adresse und eMail an, dann erhältst du eine Rechnung und einen Zugangslink zur Online-Plattform Zoom.

Ariane Brena

Lernbegleitung als soziale Kunst – Spirituelles Coaching – Zuhör-Räume

www.brena.de

brena@brena.de