

*Von Giraffen und Wölfen - Übungsgruppe für einen achtsamen Austausch mit sich und der Welt*

**Um Wertschätzung und Kommunikation, um Miteinander und Verbundenheit mit sich selbst, um Vielfalt und Freiheit...**

... geht es uns in unserer gemeinsamen Übungsgruppe. Auf der Grundlage der Gewaltfreien Kommunikation nach Marshall B. Rosenberg (Non-Violent Communication) setzen wir uns an den abwechselnd vorbereiteten Abenden mit den vielfältigen Facetten einer wertschätzenden Kommunikation auseinander. Wir, das sind Menschen mit unterschiedlichen Erfahrungen im Bereich der Gewaltfreien Kommunikation. Uns begeistert diese Art miteinander zu reden und wir möchten diese Haltung weiter vertiefen. Die gemeinsamen Abende inspirieren und bereichern uns!

Ihr alle, unabhängig von jeweiligen Vorkenntnissen, seid herzlich eingeladen, eure Erfahrungen und Wünsche nach Lernen und Wachstum zum Thema mitzubringen und zu teilen – neue Ideen zur Weiterentwicklung und politischer Betätigung sind willkommen! Meldet euch dazu unter [giraffenundwoelfe@posteo.de](mailto:giraffenundwoelfe@posteo.de) an; wir teilen euch dann einerseits mit, ob Ihr zum gewünschten Termin teilnehmen könnt, denn uns ist wichtig, dass die Gruppengröße Vertrauen und einen bereichernden Austausch sichert. Und andererseits möchten wir euch eine Zusammenfassung über unsere Grundlagen zusenden, damit alle, die noch keine Erfahrung gemacht haben, sich ein Bild machen können und verstehen, worum es in der Arbeit der Übungsgruppe geht. Die Treffen finden alle zwei Wochen Dienstag abends statt.