

# Inhalte Modul 1 - ICH

## Wer sich öffnet kommt weiter



---

Innere Haltung und Modell

---

Modell 4 Schritte - Trennschärfe

---

Bedürfnistag

---

Selbstempathie

---

Radiale Selbstverantwortung

---

Wie mein Hören mein Handeln beeinflusst?

---

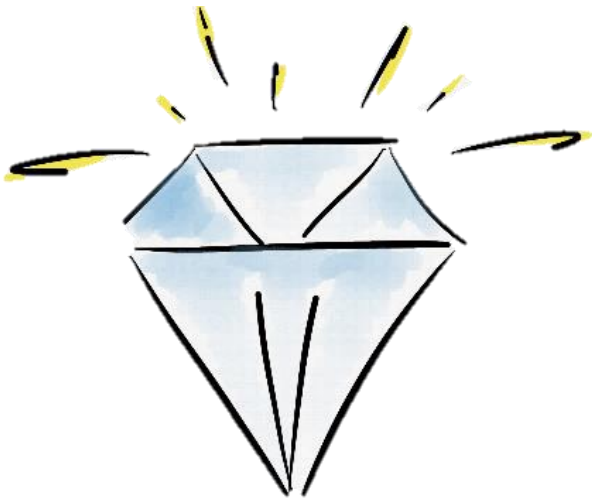
Veränderungswunsch an eine andere Person

---

Wertschätzen



*Juwelen*

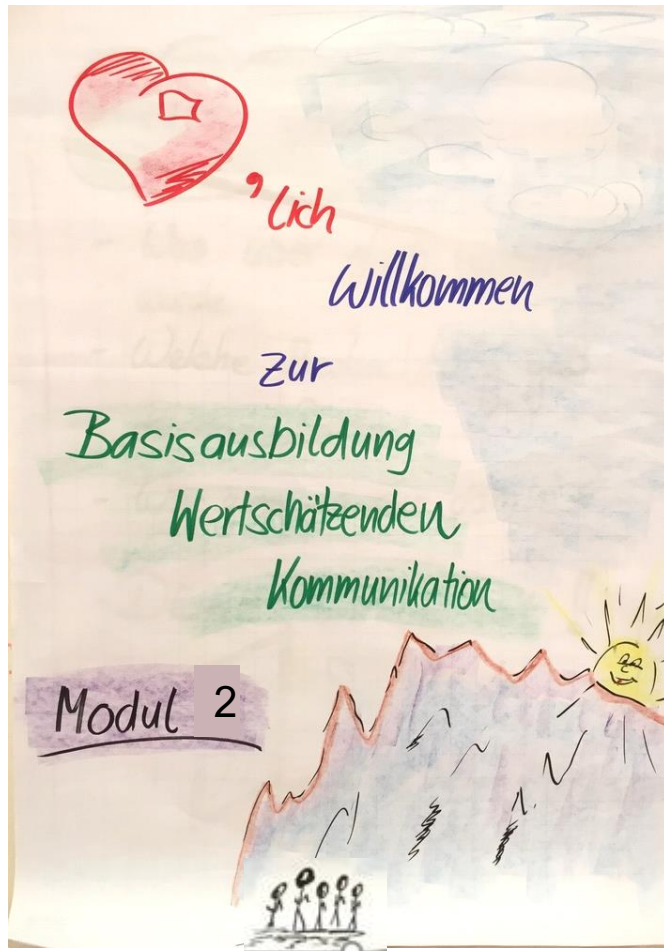


*Herausforderung*



© Beate Brüggemeier

# Inhalte Modul 2 - vom Ich zum Du



---

Juwelen und Steine

---

Refresher – 4 Ohren, Speed Giraffe

---

Wolfscafé

---

Ärger-Prozess, Giraffenschrei

---

Empathie als Kompetenz

---

Selbtempathie-Spaziergang ?

---

Übersetzungsbüro

---

Verhandeln bis zu einer Lösung

# Inhalte Modul 3



**Aufrichtigkeit  
als Wolf - als Giraffe**

**Schlüsselunterscheidungen  
erster Teil**

**Alltagstauglichkeit  
Speed Giraffe**

**Empathie**

**Nein Sagen  
Nein Hören**



**Innere Haltung  
Autopilot**

**Übersetzung  
Emotionale  
Verstrickung**

**Botschaften,  
die Mut brauchen**

**Bedauern ausdrücken**

**Auftragskarusell**

**Radikale  
Selbstverantwortun  
g**

**Verhandeln  
bis zu einer  
Lösung**

# Inhalte Modul 4



*Schweigen ausdrücken*

*Sozialer Wandel*

*Alltagstauglichkeit  
Giraffe*

*Geomantie Wanderung  
Empathie mit der Natur*



*Empathie*

*Einstieg  
Konfliktgespräch  
Moderieren*

*Healing-Prozess*

*Gewaltfrei unterbrechen  
Gewaltfrei STOP sagen*

*Einstieg  
Verhandeln bis zu  
einer Lösung*