



Worte können Fenster oder Mauern sein

Bezirk Herford/Herford-Mitte. Sabine Schlegel-Lausch, Kommunikationstrainerin und Mediatorin, zeigte in einer Vortragsveranstaltung am 23. August 2021 in der Neuapostolischen Kirche in Herford Wege zur gewaltfreien Kommunikation nach Marshall B. Rosenberg auf. Als einfühlsame, empathische oder wertschätzende Kommunikation trägt sie dazu bei, Konflikte im persönlichen Umfeld, im Arbeitsleben, in der Nachbarschaft, im Gemeindeleben friedlich zu lösen, eine Sprache, die Herzen öffnet und die universell einsetzbar ist.

Sabine Schlegel-Lausch gelang es im Laufe des Abends ihre Zuhörer:innen mitzunehmen auf den Weg des Kennenlernens der Methoden und Anwendungen gewaltfreier Kommunikation. Den Gesprächspartner beobachten ohne zu bewerten, aktiv zuhören, die eigenen Bedürfnisse erkennen und passende Strategien entwickeln, eigene Emotionen zurückstellen, das sind nur einige Stichpunkte des abendlichen Vortrags.

„Empathische Kommunikation will erlernt werden, aber die Mühe lohnt sich“, so Sabine Schlegel-Lausch. Sie selbst hat in einer persönlich schwierigen Situation Zugang zur gewaltfreien Kommunikation gefunden und ist seitdem überzeugt dabei. Als Mediatorin erlebe sie täglich wie sehr diese Art der Kommunikation hilft, Konflikte friedlich zu lösen, die tieferen Ursachen offenzulegen, Beziehungen zu heilen und Wertschätzung auszudrücken.

Den zweiten Teil der Vortragsreihe wird Jörg Belitz moderieren mit dem Thema: „Die Macht der Empathie“. Der Vortrag wird stattfinden am Montag, 20. September 2021, ebenfalls um 19.30 Uhr in der Neuapostolischen Kirche in Herford. Jeder Interessierte ist herzlich willkommen. Teil II beinhaltet ein eigenständiges Thema, kann also unabhängig vom Teil I der Vortragsreihe besucht werden.

24. August 2021

Text: Marion Schröder

Fotos: Marion Schröder

