



MediationsZentrum Berlin e.V. Dennewitzstr. 34, 10783 Berlin
Telefon und Fax: (030) 23003239 ; www.mediationsZentrum-Berlin.de

Möchtest du ausprobieren, was geht und was nicht geht?

Wenn du wissen willst, wie du mit anderen klar kommst und wie das funktioniert, dann kannst du das an drei Wochenenden ausprobieren. Die Termine:

1. Wochenende 05./06. April 2008, jeweils von 10-16 Uhr
Thema: Kommunikation – Verstehen und verstanden werden
2. Wochenende 26./27. April 2008, jeweils von 10-16 Uhr
Thema: Spieglein, Spieglein an der Wand – Selbst- und Fremdwahrnehmung
3. Wochenende 31. Mai / 01. Juni 2008, jeweils von 10-16 Uhr
Thema: Du mich auch! – Konflikte lösen statt verschärfen

Die Seminare finden im Jugendzentrum in der Pohlstr. 11 statt. Speisen und Getränke stellen wir bereit!

Wie kannst du dich anmelden?

Sende einfach eine SMS **“ich mach mit! + Name + Vorname”** an:
0171-8418026/Günter Hartmann oder 0163-3373573/Christa Schäfer

Wir setzen uns dann telefonisch mit dir in Verbindung. Wenn du noch Fragen hast, kannst du uns unter diesen Rufnummern auch anrufen.

Dieses Projekt wird gefördert durch



LOKALES KAPITAL
FÜR SOZIALE
ZWECKE



WAS

hä, was wollen die denn?

Manchmal geht gar nichts mehr, egal was man sagt, es wird falsch verstanden. Egal, ob das die Freunde sind, die Lehrer oder die Eltern, irgendwie ist der Wurm drin und man kapiert gar nicht warum. Dabei hast du dich doch klar ausgedrückt, oder?

Aber wir merken auch, dass es manchmal gar nicht so einfach ist, verstanden zu werden oder richtig zu verstehen, was andere meinen. Dabei ist alles eigentlich ganz einfach ...

Sich mit anderen auszutauschen, miteinander quatschen, Informationen weitergeben, kurz "kommunizieren", das machen wir ständig.

Wieso gucken die so dämlich?

Manchmal beschleicht uns das Gefühl, dass uns alle anderen komisch anlotzen. Dann würden wir uns am liebsten verkriechen und nicht rausgehen. Und das, obwohl wir uns beim letzten Blick in den Spiegel eigentlich ganz gut fanden ...

Wie wir uns selbst sehen und wie uns andere wahrnehmen ist oft sehr unterschiedlich. Aber auch wie wir glauben, dass uns andere sehen, kann total von dem abweichen, wie uns die anderen tatsächlich sehen. Hört sich kompliziert an, ist es aber nicht. Und wenn man das hin und her erst einmal durchschaut hat, kann man es sogar ganz gut beeinflussen.

Du mich auch!

Was glaubt der eigentlich, wen er vor sich hat? So kann der doch nicht mit mir reden! Es gibt Momente, da kommen wir einfach nicht klar, wollen dem anderen mal so richtig die Meinung sagen. Und schon fliegen die Fetzen ...

Miteinander klar kommen ist nicht immer einfach. Aber auch wenn's mal so richtig kracht, ist das eigentlich nicht schlimm. Schlimm wird es erst, wenn wir aus dem Streit nicht mehr raus kommen. Und dagegen gibt es ein paar nützliche Hilfen!

