

## Pressemitteilung

### **Wertschätzende Kommunikation für die Jackentasche: Kartenset *Inas HELPIES* als Lebens- und Lernbegleiter im Alltag**

**Mannheim, 19. November 2018 – Einfach verständlich, umfassend, kurz und knapp ermöglichen es die 27 Karten des praktischen Helpies-Sets, die Prinzipien der wertschätzenden und gewaltfreien Kommunikation leichter zu verstehen und im Alltag anzuwenden und zu vertiefen. Nachdem die Karten in der ersten Auflage schnell vergriffen waren, ist nun bereits die zweite Auflage erhältlich.**

Im Alltag geraten wir immer wieder in Situationen, in denen es uns schwerfällt, das auszusprechen, was wir gerne sagen möchten und uns wertschätzend und authentisch auszudrücken. Wertschätzende Kommunikation ist die Sprache für ein respektvolles Miteinander und basiert auf einer empathischen Einstellung zu sich selbst und zu seinem Gegenüber. Sie hilft, potentielle Konflikte in einfühlsame Gespräche umzuwandeln und hinterfragt die Bedürfnisse hinter Handlungen. Das Kartenset der Empathie-Trainerin Ina Rodewald bietet ein präzises Material, das es erleichtert, die gewaltfreie Kommunikation zu verstehen und in alltäglichen Situationen einzuüben. „Mit den Helpies möchte ich zu einem friedlichen und respektvollen Umgang in der Gesellschaft beitragen und die wunderbaren Lehren Marshall B. Rosenbergs verbreiten“, erklärt Ina Rodewald, Autorin des Kartensets und Trainerin für Wertschätzende Kommunikation.

#### **Alltagsnahe Lernbeispiele**

Jede der insgesamt 27 Karten widmet sich einem spezifischen Thema und erleichtert mit liebevollen Illustrationen und wiederkehrenden Symbolen das Lernen. Anhand von alltagsnahen Beispielen zeigen die Helpies, wie sich wertschätzende Kommunikation u.a. beim Aktiven Zuhören, Nein sagen oder Ärger verarbeiten authentisch und respektvoll umsetzen lässt. Besonders praktisch: das Kartenset passt im Pocket-Format in jede Jacken- und Handtasche. So sind die Helpies auch



<TITEL>  
29.11.2018  
Seite 2/2

zwischendurch, in einem ruhigen Moment oder als konkrete Unterstützung vor einem ausstehenden Gespräch schnell zur Hand. „Die Karten sind als Alltagsbegleiter eine hilfreiche Vorbereitung auf Situationen, in denen es uns womöglich schwerfällt, uns wertschätzend auszudrücken. Sie helfen, die Prinzipien der Gewaltfreien Kommunikation zu verinnerlichen und anzuwenden, wenn ich beispielsweise spüre, dass ich mich über die Aussage meines Gesprächspartners ärgere oder mit Kritik konfrontiert werde“, so Ina Rodewald.

### **Vertiefung der Kursinhalte**

Schon seit einigen Jahren bietet Ina Rodewald regelmäßig Kurse zum Erlernen der Gewaltfreien Kommunikation nach dem Konzept des amerikanischen Psychologen Marshall B. Rosenberg an. Als Lernbegleiter hilft das Kartenset allen Teilnehmern, die Prinzipien der wertschätzenden Kommunikation nach dem Training weiter zu vertiefen und im Alltag zu üben.

Inas HELPIES für wertschätzende Kommunikation erhalten Sie auf der Website von Ina Rodewald im Set für 17,90 €.

<https://empathietraining.net/produkt/helpies/>

(2.944 Zeichen inkl. Leerzeichen)

### **Herausgeber:**

Bettina Weber  
Director  
Spiegel Institut Communication GmbH & Co. KG  
Eastsite VI  
Hermsheimer Straße 5  
D-68163 Mannheim  
E-Mail: [b.weber@spiegel-institut.de](mailto:b.weber@spiegel-institut.de)

