

Die „5 H- Kommunikation“

für alle Lebenslagen

(„von Helga und Rebecca“)

Wichtig:

Einschalten der 5 H's unbedingt in dieser Reihenfolge und kein H auslassen!

Während der Aktion, darf „kein H verschwinden“.

„A-Ha“

↑ 5.



Reflexion, AHA- & Erfolgs-Erlebnis, Verstärkung

Humor

↑ 4.



Gemeinsam lächeln oder lachen, auch bei Schwierigkeiten

Hand

↑ 3.



Handlung, physisches Geschehen, Durchführung

Hirn

↑ 2.



(Ein)-Verständnis, Akzeptanz des Zieles, des Vorhabens

Herz

↑ 1.



Empathie, positive emotionale Basis, Vertrauen

Im Leben aller Menschen, die diese Kommunikation be-„herzigen“, d.h. authentisch anwendenden, wird Positives sicher wachsen !

Viel Freude dabei wünscht

Helga Keil-Bastendorff