



Erschienen am 01.12.2006  
80 Seiten, gebunden  
Format: 14.0 x 14.0  
ISBN: 978-3-87387-643-9

Ingrid Holler

## Energie auftanken

Mein Wertschätzungs-Tagebuch. Gewaltfreie Kommunikation

Worte sind nicht einfach nur Worte ... und Gedanken sind nicht einfach nur Gedanken. Mit Ihrer inneren Haltung und Ihrer Sprache bauen Sie das Haus, in dem Sie leben. Dieses Wertschätzungs-Tagebuch hilft Ihnen, Ihr Haus und seine Umgebung bewusst so zu gestalten, dass Sie sich damit wohlfühlen. In das Tagebuch notieren Sie unter dem Blickwinkel von Wertschätzung die Anliegen, die sich an diesem Tag oder in dieser Woche erfüllt haben - sei es durch Ihre eigenen Handlungen oder die anderer Menschen. Damit tanken Sie Energie auf und haben gute Gründe, das Leben zu feiern. Vertrauen und Zuversicht werden genährt, und Sie stärken Ihre persönliche Kraft und Ausstrahlung.

## Autorenprofil

Ingrid Holler

"Zuhören können und sich selbst offen mitzuteilen sind die Schlüssel für eine gelingende Kommunikation. Das Miteinander im persönlichen Bereich kann davon ebenso positiv beeinflusst werden wie das Aushandeln gesellschaftlicher Positionen - zum Besseren für alle Beteiligten." Ingrid Holler ist langjährig erfahrene Autorin, Unternehmerin, Trainerin, Ausbilderin, Coach und Mediatorin auch in der Gewaltfreien Kommunikation. Sie ist Mitinhaberin der Akademie Blickwinkel - [www.akademie-blickwinkel.de](http://www.akademie-blickwinkel.de).