

*"Wirklich zuhören können nur ganz wenige Menschen.  
Und so wie Momo sich aufs Zuhören verstand,  
war es ganz und gar einmalig." ~ Michael Ende ~*

# «Zuhören wie MOMO» ... auch im Alltag?

**Di 07.04. 19:00-21:00 Uhr – sysTelios-Transfer Abend – online**

## Kurz

**Kennst du die Geschichte von MOMO? Und wie Menschen Klarheit, Ermutigung und Zuversicht erleben, einfach dadurch, wie MOMO ihnen zuhört? An diesem Abend kannst du das selbst ausprobieren.**

## Konkret

**Im ersten Teil** des Abends kannst du in einer kleinen Gruppe erleben, wie es wirkt, wenn andere dir **zuhören, wie MOMO**.

Wenn DU sprichst, ist alle Aufmerksamkeit bei dir. Du hast Zeit zu schauen, was du sagen willst und wirst nicht unterbrochen und nicht kommentiert. In diesem freundlich sicheren und menschlich warmen Miteinander kannst du Ruhe & Klarheit finden, dich verbunden fühlen und neue Zuversicht spüren.

**Im zweiten Teil** verknüpfen wir dann diese Erfahrungen mit Infos & einfachen Grafiken zu unseren NERVEN-SYSTEMEN und unserer BIOLOGIE, die »hören & gehört werden« ermöglicht. Vor allem aber erkunden wir, was wir daraus für unseren Alltag ableiten und was wir dazu ausprobieren können ... bzw. wo wir damit im Alltag vielleicht 'spielen' wollen.

## Anmeldung

Bitte per Mail an: [martin@actpraxis.de](mailto:martin@actpraxis.de) ... den Zoom-Link schicke ich dann kurz vorher.

## Martin Bonensteffen

**Ich bin:** Alltagsforscher, ACT-Coach, Biologe, Dialog-Ermöglicher, Ex-Ingenieur, Erfahrungs-Experte für Autopoiese, Tänzer, Vater (2 Töchter, 4 Enkel) und Wanderer ... und froh, dass ich immer wieder gemeinsam mit anderen »ausprobieren, forschen & 'spielen'« kann 😊

### Absicht/Leitidee/Motto:

**«Nerven-System-Knowhow für alle – von Mensch zu Mensch – für ein Leben im FLUSS!»**

## Hintergrund

Mit dem **AutopoiEthik Institut – Autopoiese leben & lernen! i.G.** bieten wir (M.B. & Friends) Nerven-System-Knowhow für die alltäglich Kommunikation an, vor allem für die 'Wandlung' von Konflikten, inneren & äußeren – wissenschaftlich fundiert und konkret umsetzbar.

Auf der Grundlage ganzheitlicher, ressourcen- und fluss-orientierter Ansätze wie z.B.: **ACT** (Akzeptanz- und Commitment-Theorie/Therapie/Training) – **AutopoiEthik**, die Biologie des DIALOGS – **Gewaltlosigkeit** (GFK) – **HypnoNeuroKörper-Systemik** – **Polyvagal-Theorie** – ...

**Bei Fragen:** Bitte **+49-177-7461316** anrufen oder schreiben an [martin@actpraxis.de](mailto:martin@actpraxis.de)