

**MIT WORTEN FRIEDEN STIFTEN**  
**Vom Fluchen zum Segnen**

*„Der Ewige gebe seinem Volk Kraft, der Ewige segne sein Volk mit Frieden.“ - (Ps 29,11)*

In Worten kann enorm viel Kraft stecken. Wenn uns mal Kraftausdrücke „rausrutschen“, sind wir manchmal über ihre enorme Wucht erschrocken. Kraftworte zeigen so ihre zerstörerische Seite. Aber eine Medaille hat immer zwei Seiten: in Kraftausdrücken und Flüchen können Worte verletzen und demütigen – Unheil anrichten. Kraftvolle Worte können aber auch ihre heilsame Seite zeigen, indem sie aufbauen, ermutigen, verbinden, Frieden stiften – sie werden uns zum Segen. Denn Segnen bedeutet etwas Gutes sagen, jemandem Gutes zusprechen. Wir wollen an diesem Tag besonders schauen, wie wir mit unseren Worten zum Segen werden können.

Aber was ist, wenn uns die Kraft einfach nicht mehr reicht, um noch etwas Gutes zu sagen – also zu segnen? Auch Friedensstifter\*innen brauchen Kraft! Woher diese Kraft kommen kann und wie wir im Alltag wieder auftanken, können wir durch Entspannungsübungen und Impulsen aus der Gewaltfreien Kommunikation erfahren.

Themen an diesem Tag:

- Wortverkostung – Wirkung von Kraftworten
- Konstruktiver Umgang mit verletzenden Kraftworten
- Nur wer Kraft hat, kann Kraft geben – Umgang mit Kraftlosigkeit
- Friedvolle Kraftworte in der KiTa - Impulse aus der Gewaltfreien Kommunikation

Referentin	Anne Decamotan (Diplom-Theologin, Pflege- und Sozialcoach)
Dauer	ganztätig; Zeiten nach Vereinbarung
Besondere Hinweise	-