**Workshop**

**Exploreer de jakhals en de giraf in jou**

*Verbindend en geweldloos communiceren*

De jakhals en de giraf staan symbool voor twee kwaliteiten in ons. De jakhals is resultaatgericht, oordelend en autoritair. De giraf is zowel zachtaardig als sterk, kijkt met mildheid naar wat zich aandient, communiceert vanuit zijn hart en zoekt naar verbinding en helderheid. In het boek dat Justine Mol hierover schreef wordt het duidelijk dat het mogelijk is de jakhals te accepteren en ruimte te geven, en tegelijkertijd giraf te kunnen zijn, vanuit een diepe wens bij te dragen aan geluk en vrede voor iedereen. De giraf helpt de jakhals zich te uiten waardoor zijn meedogenloosheid kan veranderen in mededogen.

Een inspirerende thema-avond waarin je de mogelijkheden van verbindend communiceren ervaren kan.