



**TRAFFO.IO**

# #checkindenmonat

stay mindful – stay positive – stay active





**DER**

**#CHECKINDENMONAT**

**BEGLEITET DICH BEI  
DEINEM ACHTSAMEN  
START IN DEN MONAT.**



**VIEL SPASS!  
DEINE TRAFFOS**



»»*Listen. Learn. Love.*««

Gedanke des Monats

Zitat: Unbekannt



**Ist Dir schon einmal aufgefallen, dass wir oft versuchen, uns direkt in andere Menschen hineinzusetzen und sie zu verstehen, anstatt Ihnen »nur« zuzuhören und in dem Moment einfach da zu sein?**

**(Ist gar nicht so einfach, oder?)**




Freiraum  
für Deine  
Gedanken

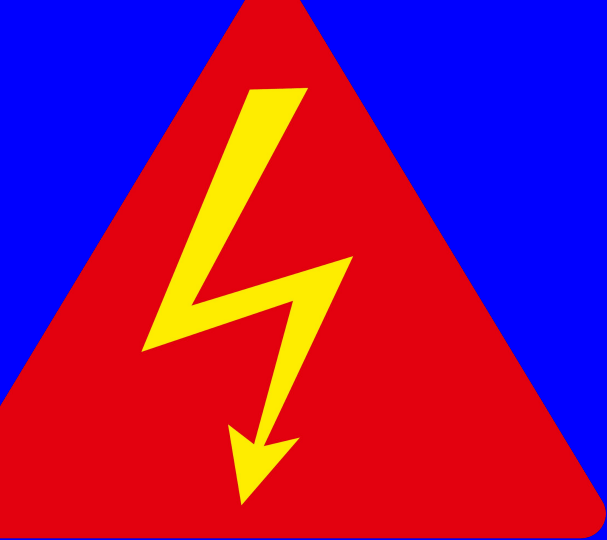
TRAFFO.IO



**S**  
tatt das nächste Mal in einem  
Gespräch einfach zu  
antworten, frage Dein  
Gegenüber mal:  
»Was brauchst Du gerade?«

(Die Person braucht vielleicht **Wertschätzung**, eine\*n Zuhörer\*in,  
Trost, eine Hilfestellung, jemanden, der sich nur mit aufregt oder  
vielleicht einfach Deine Meinung zu dem Thema)





# Teile es!

#traffonize  
#checkindenmonat  
#listenlearnlove  
#startezuhören

(wenn du magst :)



TRAFFO.IO  
TRAFFO.IO



**Traffo GmbH**  
Rosenbergstr. 52b  
70176 Stuttgart

+49 711 21952413  
[highvoltage@traffo.io](mailto:highvoltage@traffo.io)  
[traffo.io](https://traffo.io)

