

Voraussetzungen für das Seminar

Die Teilnahme an mindestens
12 Seminartagen

Seminarort

c/o Servicezentrum (ASZ)
Siegessstraße 31
80802 München-Schwabing

Termine

3./4.10.2026

weitere Termine siehe Homepage
www.sachers-training.de -> Termine

Zeiten

Samstag 10.00 – 18.00 Uhr
Sonntag 9.30 – 16.00 Uhr

Seminarbetrag pro Person

250 € pro Person

Bis zum Sonntag vor Beginn können Sie
kostenlos stornieren, danach wird die
Seminargebühr fällig, sofern keine
Ersatzperson teil nimmt.

Anmeldung

Per Telefon 089-395443 oder Email an
elisabeth@sachers-training.de

Mit der Anmeldebestätigung ist
der Platz für Sie gebucht. Hier erhalten Sie
auch meine Bankverbindung.

Seminarleitung



Elisabeth Sachers

zertifizierte
Trainerin (CNVC)
in Gewaltfreier
Kommunikation
und
anerkannte
Trainerin
Fachverband
Gewaltfreie
Kommunikation®

Kontakt

Elisabeth Sachers
089 - 39 54 43
0152 04424987

elisabeth@sachers-training.de
www.sachers-training.de

Vertiefungs- seminar in Gewaltfreier Kommunikation für Fortgeschrittene



3./4.10.2026

es

ELISABETHSACHERS
Empathie und klare Worte

Das Seminar richtet sich an Fortgeschrittene in der Gewaltfreien Kommunikation die mindestens 12 Seminartage absolviert haben.

Ziele des Seminars

Die Teilnehmer*innen gewinnen Sicherheit in der Anwendung der verschiedenen Prozesse auf eigene Themen und herausfordernde Situationen sowie in der Begleitung dieser Prozesse.

Das Geheimnis des Wandels liegt darin, nicht das Vergangene zu bekämpfen, sondern das Neue aufzubauen. (Sokrates)

Prozesse der Gewaltfreien Kommunikation sind:

- Selbstklärung / Selbstempathie
- Aufrichtigkeit
- empathisch hören
- Ärger transformieren
- Nein sagen / hören
- gewaltfrei unterbrechen
- innere Konflikte lösen
- Würdigen und Bedauern
- Dankbarkeit ausdrücken / empfangen



"Worte können Fenster sein oder Mauern." (Marshall Rosenberg)

Methoden

Methoden: Rollenspiele mit Feedback, Begleitung mit Bodenkarten, Einzelarbeit, Kleingruppenarbeit, Perspektivenwechsel unterstützt mit Stühlen, Reflexion und Feedback in Kleingruppen und Plenum

Ich arbeite prozessorientiert, d.h. wir entscheiden und gestalten das Seminar gemeinsam.

Was wäre, wenn du das, was dir wirklich am Herzen liegt, offen zeigen würdest ohne dabei deine Selbstachtung in Frage zu stellen?"