

Ein offenes Ohr - Wenn andere sich anvertrauen

WORKSHOPREIHE Koffer des Lebens - Impulse aus unserer Arbeit für Ihren Alltag

Freund*innen, Partner*innen, Familienmitglieder oder Kolleg*innen erzählen uns von Sorgen, Krisen oder belastenden Erfahrungen. Viele von uns möchten dann gerne unterstützen – und sind gleichzeitig unsicher: Was soll ich sagen? Wie kann ich helfen? Muss ich überhaupt etwas raten?

In diesem Workshop beschäftigen wir uns damit, wie wir für andere Menschen eine gute Gesprächspartnerin oder ein guter Gesprächspartner sein können. Denn oft geht es weniger darum, die richtigen Lösungen zu finden, sondern vielmehr darum, wirklich zuzuhören und ein Gegenüber zu sein, bei dem sich Menschen gehört fühlen.

Wir machen uns bewusst, welche Grundlagen der Kommunikation besonders in Gesprächen über Sorgen und Belastendes nützlich sein können und üben dazu:

- die Grundlagen des aktiven Zuhörens,
- empathisches Nachfragen,
- Gefühle wahrnehmen und spiegeln,
- hilfreiche und weniger hilfreiche Reaktionen,
- mit Sprachlosigkeit und Unsicherheit umgehen.

Zielgruppe

Für alle interessierten Menschen. Ob jung oder alt, mit oder ohne psychologische Vorkenntnisse – willkommen sind alle, die neugierig auf dieses Thema sind und Lust auf Austausch haben.



Informationen zum Workshop



**Maja
Schmeißner**

Termin

23.09.2026

17:30 - 19:30 Uhr

Anmeldefrist

16.09.2026

Veranstaltungsort

Karl-Liebknecht-Str. 14
04107 Leipzig

Teilnahmegebühr

40,00 €

25,00 € ermäßigt



**Jetzt
anmelden!**