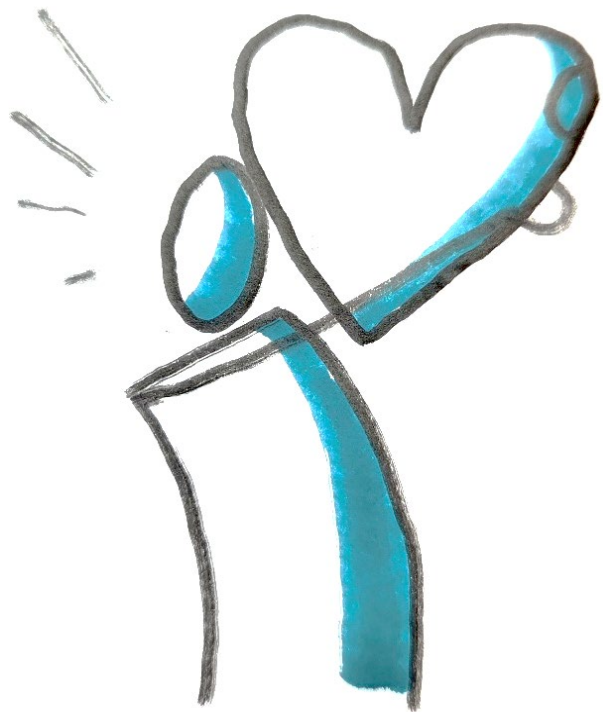


# Gewaltfreie Kommunikation

**Grundlagen**

2-tägiges Seminar



**01. - 02. Oktober 2026 | Wien**

**Wilfried Pistecky**

## Das Seminar auf einen Blick

Herausfordernde Gesprächssituationen können jederzeit im Rahmen von Meetings, Moderationen, Projektpräsentationen, Planungswerkstätten, Mediationen, Projektbesprechungen, Mitarbeiter:innengesprächen, Kunden:innengesprächen etc. auf- und eintreten.

Dieses Seminar bewirkt einerseits eine Sensibilisierung der eigenen Wahrnehmung von Kommunikation in derartigen Situationen, um zum Beispiel die Ursachen für Missverständnisse oder tatsächliche Konflikte erkennen zu können. Andererseits wird der Ansatz der „Gewaltfreien Kommunikation“ nach Marshall B. Rosenberg vorgestellt und trainiert, um die direkte Umsetzung eines effizienten Instruments zur Beherrschung uns jeweils als herausfordernd erscheinender Gesprächssituationen zu ermöglichen.

Das Seminar ermöglicht durch kurze Theorie-Inputs sowie umfangreiches gemeinsames Üben und Reflektieren eine individuelle, effektive und nachhaltige Lernerfahrung, die direkt in die Praxis umsetzbar ist.

## Zielsetzung

Das Seminar sensibilisiert für die Wahrnehmung und die Ursachen von Missverständnissen und Konflikten in herausfordernden Gesprächssituationen und bietet eine praktische Methode, diese besser zu bewältigen.

Die Teilnehmenden lernen die Grundlagen der Gewaltfreien Kommunikation nach Marshall B. Rosenberg kennen und trainieren sie durch theoretische Inputs und viele Übungen, um die Methode direkt in den Berufsalltag integrieren zu können.

Sie entwickeln Fähigkeiten zur Selbstempathie gegenüber sich selbst sowie Empathie gegenüber ihren Gesprächspartner:innen. Weiterhin lernen sie den Umgang mit Ablehnungen („Nein“) und erlebten Verärgerungen durch wertschätzende Kommunikationsweisen. Dadurch bauen sie ihre Fähigkeit aus, Konflikte gewaltfrei zu lösen und eine respektvolle, empathische Gesprächskultur zu fördern. Zusätzlich unterstützt dies die eigene soziale Kompetenz und ihre Kommunikationsfähigkeit im Berufsalltag mit Kunden, Kolleg:innen, Mitarbeiter:innen und anderen Gesprächspartner:innen.

Insgesamt befähigt das Seminar die Teilnehmenden, viele als herausfordernd wahrgenommene Kommunikationssituationen im Beruf und auch im privaten Alltag konstruktiv und empathisch zu meistern sowie Missverständnisse und Spannungen deutlich zu reduzieren. Es fördert eine harmonischere und effektivere Zusammenarbeit durch den Einsatz bewährter Kommunikationsmethoden.

## Zielgruppe

Das Seminar ist für alle Personen geeignet, die im Berufsalltag mit herausfordernden Gesprächssituationen konfrontiert sind, und die an einer praxisorientierten Weiterentwicklung ihrer sozialen und kommunikativen Kompetenzen interessiert sind.

## Inhalte

- Komponenten und Teile der Gewaltfreien Kommunikation
- Aufspüren von Blockaden des Einfühlungsvermögens durch Kommunikation
- Selbstempathie und Empathie nach außen
- Umgang mit einem „Nein“
- Umgang mit Ärger
- Empathie, Wertschätzung und Anerkennung ausdrücken
- Reflexion der Erfahrungen der Teilnehmenden

## Methodik

Der methodische Schwerpunkt des Seminars liegt auf erfahrungsorientiertem Lernen, d.h. Wechsel von Theorie-Inputs, Rollenspielen, Übungen und Reflexionen.

## Trainer

### Wilfried Pistecky



Univ.-Lekt. DI Wilfried Pistecky ist Zivilingenieur für Kulturtechnik und Wasserwirtschaft und eingetragener Mediator für Zivilrechtssachen beim österreichischen Bundesministerium für Justiz. Wilfried Pistecky ist Kooperationspartner der MEDIATOR GmbH in Wien.

Neben seinen Tätigkeitsfeldern Wasserbauplanung und Umweltverträglichkeitsprüfungen im Rahmen seines Ingenieurbüros ist er seit 2002 als Mediator, Moderator und Supervisor im Rahmen von Umweltverträglichkeitsprüfungsverfahren, im Konfliktmanagement im Rahmen von Dialogverfahren und regionalen Entwicklungsprozessen sowie innerhalb von Wirtschaftsbetrieben und für Privatpersonen tätig. Er ist darüber hinaus Trainer in Mediationslehrgängen und Seminaren zur Gewaltfreien Kommunikation sowie Lektor für Wirtschaftsmediation an der TU Graz.

Zu seinen besonderen Stärken zählen Einsatz bei Projekten mit hohem Konfliktpotenzial | Koordination von großen Teams im Rahmen komplexer Aufgabenstellungen | Lektoren- und Trainertätigkeiten in den Bereichen Mediation und Kommunikation | Einsatz bei internationalen Projekten (EU, Weltbank) | Design von und Mitwirkung bei Dialogverfahren mit großen Gruppen | Durchführung von Mediationen im Planungs-, Bau und Umweltbereich.

## Alles auf einen Blick

### Wann und wo findet das Seminar statt?

01. - 02. Oktober 2026 | jeweils 09:00 bis 17:00 Uhr

[IMHINTERHAUS](#) | Schottenfeldgasse 12/6 | 1070 Wien, Österreich (im 7. Bezirk)

### Wie ist der Preis und was ist darin enthalten?

Die Kosten betragen für 2 Seminartage insgesamt 985,00 € (zzgl. 20% USt.).  
Darin sind jeweils enthalten:

- Teilnahme am Seminar inkl. Fotoprotokoll und Unterlagen
- Tagungspauschale mit Pausenverpflegung sowie einem gemeinsamen Mittagssnack und Getränken und Tagungsraum mit Ausstattung
- Teilnahmebescheinigung: Der Umfang des Seminars beträgt 16 Ausbildungseinheiten und ist gemäß österreichischem Zivilrechts-Mediations-Gesetz §20 als Fortbildung anrechenbar. In Deutschland ist das Seminar mit 12 Zeitstunden ebenfalls anrechenbar als Fortbildung für die\*den Zertifizierte\*n Mediator\*in gemäß §3 ZMediatAusbV.

### Wie bezahle ich?

Für das Seminar erhältst du vor Seminarbeginn von uns eine Rechnung per E-Mail. Die Übernachtung im Hotel bezahlst du selbst.

### Bis wann kann ich mich anmelden?

Bitte melde Dich bis zum **04. September 2026** an... und gerne auch früher.

Die Teilnehmendenzahl ist auf 12 Personen begrenzt.

Melde dich bitte [HIER](#) an.

### Kontakt

**MEDIATOR GmbH** Mediation – Konfliktberatung

Bölschestraße 114 | 12587 Berlin

Tel. +49 (0) 30 / 64 09 28 09 | Fax: +49 (0) 30 / 64 09 28 05

E-Mail: [info@mediatorgmbh.de](mailto:info@mediatorgmbh.de) | [www.mediatorgmbh.de](http://www.mediatorgmbh.de)