

**Claudia Kircher**  
**Gewaltfreie Kommunikation - Vertiefungsseminar**  
**„Befreiung meines Inneren Kindes“ - Glaubenssatarbeit**

*Wenn wir eine fixierte Vorstellung davon haben, wie wir zu sein haben,  
dann vermindert dies unsere Möglichkeit, wirklich lebendig zu sein.*

*M. B. Rosenberg*

### **Seminarzeiten**

Samstag, 5. April 2025 von 9.30 bis 18 Uhr

Sonntag, 6. April 2025 von 9 bis 13 Uhr

### **Seminarort**

Wiggensbach bei Kempten (Allgäu)

### **Seminargebühr**

220 € inklusive Unterlagen / Frühbucherpreis: 205 € (bis 4 Wochen vor Kursbeginn)  
für Privatpersonen

370 € inklusive Unterlagen – für Firmenzahlende / Arbeitgeber zahlt

Ich bitte um Anmeldung bis spätestens 1 Woche vor Beginn.



### **Inhalte des Seminars** (Voraussetzung: GFK-Einführungsseminar)

Um unser ursprüngliches Selbst herum werden die „Schalen des Überlebens“ aufgebaut. Es bilden sich in uns Glaubenssätze über uns selbst und über das Leben. Z. B. „Ich bin nicht gut genug“, „Das Leben ist ein Kampf / gefährlich“, „Es gibt nicht genug Geld / Liebe / Zeit“, „Ich bin eine starke Frau und brauche niemand anderen.“ ... Ich stelle die nicht geliebten Anteile von mir in den Schatten, ich gestehe sie mir nicht mehr zu! Die Anteile, die das Kind beschließt, aufgrund ungeeigneter Erfahrungen nicht mehr zu zeigen, z. B. zu weinen, Freude zu zeigen. Weil das, was ich sonst bekomme, ist Ablehnung und Schmerz – davor schütze ich mich!

Glaubenssätze und innere Anteile möchten uns vor emotionalen Schmerz schützen und gleichzeitig schränken sie unsere Lebendigkeit ein, sie trennen uns vom Leben.

In Übungen an eigenen Beispielen befreien wir unser Inneres Kind:

- wir entdecken unsere Glaubenssätze und begegnen dem Schmerz mit Mitgefühl
- werden uns ihrer Funktion und Einschränkung bewusst
- entdecken hinter den Glaubenssätzen die unerfüllten Bedürfnisse
- dadurch kann wieder Raum, Weite, Lebendigkeit und Freiheit spürbar sein

**Claudia Kircher Kommunikation Training - Mediation – Coaching**  
**Zertifizierte Trainerin für Gewaltfreie Kommunikation (CNVC)**

Wiggensbach | Tel.: 08370 8204 | E-Mail: [claudiakircher@posteo.de](mailto:claudiakircher@posteo.de) | [www.claudiakircher.de](http://www.claudiakircher.de)

# Claudia Kircher

## Gewaltfreie Kommunikation

### Anmeldung

*Wenn es dem Ungebildeten schlecht geht,  
sucht er die Schuld dafür bei seiner Umwelt.  
Wenn es dem philosophischen Anfänger schlecht geht,  
sucht er die Schuld dafür bei sich selbst.  
Der wahrhaft Gebildete sucht in solchen Situationen  
die Schuld weder außen noch innen.  
Philosoph Epiktet*

An  
Claudia Kircher  
Elsässer Str. 32  
87487 Wiggensbach

Hiermit melde ich mich verbindlich an zum:

**Vertiefungsseminar „Befreiung meines Inneren Kindes“ am 05./06. April 2025**

Name ..... Vorname .....

Straße, Hausnr.  
.....

PLZ, Ort  
.....

Telefon ..... E-Mail .....

Die verbindliche Anmeldung erfolgt gemäß meinen AGB's, die unter  
<https://claudiakircher.de/agb.htm> eingesehen werden können.

..... Datum ..... Unterschrift

**Claudia Kircher Kommunikation Training - Mediation – Coaching**  
**Zertifizierte Trainerin für Gewaltfreie Kommunikation (CNVC)**

Wiggensbach | Tel.: 08370 8204 | E-Mail: claudiakircher@posteo.de | www.claudiakircher.de.