

Kommunikationsseminar

Wertschätzend kommunizieren mit der Sag-Es-Methode.

Für mehr Offenheit, Vertrauen und Miteinander im Team.

Wann & wo?

22. Juni 2026 | 09:00 - 17:00 Uhr

BDfK, Edelsbergstraße 6, 80686 München

Kommt Ihnen das bekannt vor?

- Sie haben sich ins Zeug gelegt – doch ein echtes „Danke“ bleibt aus.
- Sie merken, dass etwas nicht gut läuft, wissen aber nicht, wie Sie es ansprechen sollen.
- Oder Sie wollten etwas loswerden – aber Ihre Rückmeldung kam falsch an?

Lernen Sie die Sag-es-Methode kennen und diese sicher in der Kommunikation im Arbeitsalltag anzuwenden - für ein konstruktives, wertschätzendes Miteinander.

Denn Wertschätzung und Feedback gehören zusammen.

Beides sind Formen der Rückmeldung – die zeigen: „Ich nehme dich wahr.“

Doch: Wie gelingt es, Anerkennung echt und konkret auszusprechen? Und wie sage ich, wenn mir etwas fehlt – ohne Vorwürfe, sondern mit Wirkung?

In diesem Seminar geht es um genau diese Fragen:

Wie sprechen wir wertschätzend miteinander – auch wenn es schwierig wird?

Wie geben wir einander Rückmeldung, die stärkt, nicht verletzt?

Und wie schaffen wir gemeinsam eine offene Atmosphäre, in der jede*r sagen kann, was sie oder ihn bewegt?

Ihr Nutzen:

Sie lernen, wie Sie Anerkennung und Wertschätzung gezielt und ehrlich mithilfe der Sag-es-Methode ausdrücken:

- damit Sie Feedback so geben, dass es respektvoll ist – und trotzdem klar.
- weil es wichtig ist, Dinge anzusprechen – statt sie runterzuschlucken.

Sie stärken Ihre Fähigkeit, Rückmeldungen anzunehmen, ohne in Verteidigung zu gehen.

Sie lernen Kommunikation als gemeinsames Werkzeug für gegenseitige Entwicklung und Vertrauen kennen und schätzen

Themen im Seminar:

- Warum Wertschätzung mehr ist als ein „Danke“ – was wirklich hängen bleibt
- Selbst- und Fremdwahrnehmung: Wie kommt meine Kommunikation an?
- Echte, aufrichtige Anerkennung und die Kunst der Rückmeldung mithilfe der Sag-es-Methode
- Kritisches Feedback geben, ohne anzugreifen – klar, konkret, konstruktiv mithilfe der Sag-es-Methode
- Feedback annehmen, ohne sich rechtfertigen zu müssen dank Sag-es-Methode
- Offene Kommunikation als Schlüssel für Vertrauen und psychologische Sicherheit basierend auf der Sag-es-Methode

Für wen ist dieses Seminar?

Für alle, die eine wirksamen Methode und einen in der Praxis anwendbaren Gesprächsleitfaden an die Hand bekommen wollen

Für alle Mitarbeitenden, die Zusammenarbeit aktiv mitgestalten wollen.

Für alle, die besser sagen möchten, was sie stört – und klarer zeigen möchten, was sie schätzen

Für alle, die sich ein Teamklima wünschen, in dem Reden auf Augenhöhe möglich ist.

Methoden:

Kurze Impulse, praktische Übungen, Reflexion, Arbeit an Beispielen aus dem eigenen Arbeitsalltag – lebendig, interaktiv und praxisnah.

Ihre Trainerin:

Claudia S., Dipl. Betriebswirtin, langjährige Personalentwicklerin, LLP-Coach, Führungskräfte- und Kommunikationstrainerin

Maximal 12 Teilnehmende

Das Intensivseminar ist mit interaktiven Übungen ausgesprochen praxisorientiert.

.

Ihre Investition:

560 € + MwSt., ab **2 Personen 495 € + MwSt.**

Getränke, Snacks und Teilnehmerunterlagen sind in der Seminargebühr enthalten.

Anmeldung unter contact@wortland.com

Dieses Seminar bieten wir auf Anfrage auch als Inhouse-Schulung!

Ihre weiteren Fragen beantwortet gerne



Carmen Maria Beck
Geschäftsführerin