

Narz mich nicht!!!!

Aufklärung für Opfer von Narzisst*innen (Kurzseminar)

Kursnummer 26A131752

Beginn Dienstag, 14.04.2026, 18:30 - 21:30 Uhr

Dauer 1 Termin(e)

Ort VHS Studienhaus, 0.06

Dozent Regina Schrott

Kursentgelt 28,00 €

Narzisstisch akzentuierte Menschen können sehr manipulativ und emotional (über)fordernd sein, wenn es um deren Bedürfnisse bzw. Bedürftigkeit geht. Zur Erreichung ihrer Ziele sind ihnen mitunter ausbeuterische und denunzierende Mittel recht, die andere Menschen verletzen. Ihre mangelnde Fähigkeit an Selbstreflexion macht einen Dialog und eine konstruktive Fehlerkultur unmöglich. Eine Dynamik zwischen Schuld und Schuldzuweisungen schließt die Akzeptanz von Verantwortung aus. All das erschwert ein gutes soziales Miteinander.

In diesem Kurzseminar erfahren Sie, was narzisstischer Missbrauch ist, wie er entsteht, woran Sie ihn erkennen und was es für Sie und Angehörige bedeuten kann, mit einem toxischen Menschen zusammenzuarbeiten oder zu leben. Sie erhalten einen Leitfaden, wie Sie sich theoretisch und praktisch vor Narzissmus schützen und funktionale Beziehungsstörungen vermeiden können.

In nachgestellten Situationen des Seminarleiterteams bekommen Sie Einblicke in typische Mechanismen, die narzisstisch akzentuierte Menschen anwenden, um deren Ziele zu erreichen.

In einem geschützten Rahmen bekommen Sie die Möglichkeit, Schutzmechanismen und Abwehrstrategien zu üben, damit Sie im Umgang mit Narzissmus selbst souveräner und freier werden.

WICHTIG: Dieses Angebot ersetzt keine therapeutische Behandlung, die Sie im Falle von psychischer Gewalt benötigen.

Kurstermine

Datum Uhrzeit Ort

14.04.2026 18:30 - 21:30 Uhr VHS Studienhaus, 415

14.04.2026 18:30 - 21:30 Uhr VHS Studienhaus, 415

[zur Kursdetail-Seite](#)