



# Gewaltfreie Kommunikation: Eine Sprache des Lebens

*Marshall B. Rosenberg*

 **Download**

 **Online Lesen**

**Gewaltfreie Kommunikation: Eine Sprache des Lebens** Marshall B. Rosenberg

Ausgabe 2004

 [Download Gewaltfreie Kommunikation: Eine Sprache des Lebens ...pdf](#)

 [Online Lesen Gewaltfreie Kommunikation: Eine Sprache des Lebens ...pdf](#)

# **Gewaltfreie Kommunikation: Eine Sprache des Lebens**

*Marshall B. Rosenberg*

**Gewaltfreie Kommunikation: Eine Sprache des Lebens** Marshall B. Rosenberg

Ausgabe 2004

## **Downloaden und kostenlos lesen Gewaltfreie Kommunikation: Eine Sprache des Lebens Marshall B. Rosenberg**

---

240 Seiten

Amazon.de

Wenn uns jemand mit Worten angreift, neigen wir dazu, uns zu verteidigen und zurückzuschlagen. Das so entstehende Wortgefecht bringt meistens keine Seite ihrem Ziel näher, sondern belastet oder zerstört sogar die Beziehung der Gesprächspartner, die plötzlich zu Gesprächsgegnern geworden sind. Bei der gewaltfreien Kommunikation (GFK) verzichtet man auf Angriffe und konzentriert sich auf die Gefühle und Bedürfnisse, die den oft unbedachten Äußerungen zu Grunde liegen. Einfühlsames Zuhören hat als wirksame therapeutische Verhaltensweise ihren festen Platz in der von Carl Rogers begründeten klient-zentrierten Gesprächstherapie. Bei den Danksagungen erwähnt Marshall B. Rosenberg seinen Lehrer Carl Rogers auch an erster Stelle und verweist darauf, dass sich die GFK auf Forschungen stützt, die im Zusammenhang mit der Gesprächstherapie durchgeführt wurden. Allerdings geht die GFK weit über den therapeutischen Rahmen hinaus. Es ist eine wirklich als genial zu bezeichnende Gesprächsmethode, die für alle Menschen geeignet ist und konfliktgeladene Auseinandersetzungen in friedliche Gespräche verwandelt. "Die GFK fördert intensives Zuhören, Respekt und Empathie und erzeugt den beiderseitigen Wunsch, von Herzen zu geben." In jedem Gespräch sollen vier Komponenten, nämlich Beobachtungen, Gefühle, Bedürfnisse und Bitten klar ausgesprochen und verstanden werden. Dabei ist es wichtig, Beobachtungen nicht mit Bewertungen zu vermischen, in Kontakt zu den Gefühlen zu kommen, Bedürfnisse zu erkennen und Bitten mit treffenden Worten zu äußern. Die Beispiele des Autors zur Veranschaulichung seiner Methode wirken sehr überzeugend und stammen aus unterschiedlichen Gebieten, wie Politik, Wirtschaft, Schulen, Familien und Paarbeziehungen. Dieses Buch bietet eine gut verständliche Darstellung der GFK (Zeichnungen, Beispiele, Übungen) und beeindruckt durch hohe Effizienz und warmherzige Menschlichkeit. --*Stephan Schmidt*

Kurzbeschreibung

Übersetzt von Ingrid Holler

Ohne dass wir es vielleicht beabsichtigen, haben unsere Worte und unsere Art zu sprechen oft Verletzung und Leid zur Folge – bei anderen und auch bei uns selbst. Die Gewaltfreie Kommunikation hilft uns, bewusster zuzuhören und unserem Gegenüber respektvolle Aufmerksamkeit zu schenken. Gleichzeitig lernen wir, uns ehrlich und klar auszudrücken. Als eine Sprache des Lebens können wir die GFK in der Kommunikation mit allen Menschen, egal welchen Alters, unabhängig von ihrem kulturellen oder religiösen Hintergrund in den unterschiedlichsten Situationen anwenden.

Mit Geschichten, Erlebnissen und beispielhaften Gesprächssituationen macht Marshall Rosenberg in seinem Buch deutlich, wie sich mithilfe der GFK auch komplexe Kommunikationsprobleme lösen lassen. Über den Autor und weitere Mitwirkende

Dr. Marshall B. Rosenberg (1934-2015) war international bekannt als Konfliktmediator und Gründer des internationalen Center for Nonviolent Communication in den USA. Die von ihm entwickelte Methode der Gewaltfreien Kommunikation hat sich als machtvolleres Werkzeug herausgestellt, um Differenzen auf persönlichem, beruflichem und politischem Gebiet friedlich zu lösen. Dr. Rosenberg hat die Gewaltfreie Kommunikation in mehr als zwei Dutzend Ländern an Ausbilder, Schüler, Studenten, Eltern, Manager, medizinisches und psychologisches Fachpersonal, Militärs, Friedensaktivisten, Anwälte, Gefangene, Polizisten und Geistliche weitergegeben.

Download and Read Online Gewaltfreie Kommunikation: Eine Sprache des Lebens Marshall B. Rosenberg #E2KRBTP0JH3

Lesen Sie Gewaltfreie Kommunikation: Eine Sprache des Lebens von Marshall B. Rosenberg für online ebookGewaltfreie Kommunikation: Eine Sprache des Lebens von Marshall B. Rosenberg Kostenlose PDF d0wnl0ad, Hörbücher, Bücher zu lesen, gute Bücher zu lesen, billige Bücher, gute Bücher, Online-Bücher, Bücher online, Buchbesprechungen epub, Bücher lesen online, Bücher online zu lesen, Online-Bibliothek, greatbooks zu lesen, PDF Beste Bücher zu lesen, Top-Bücher zu lesen Gewaltfreie Kommunikation: Eine Sprache des Lebens von Marshall B. Rosenberg Bücher online zu lesen.Online Gewaltfreie Kommunikation: Eine Sprache des Lebens von Marshall B. Rosenberg ebook PDF herunterladenGewaltfreie Kommunikation: Eine Sprache des Lebens von Marshall B. Rosenberg DocGewaltfreie Kommunikation: Eine Sprache des Lebens von Marshall B. Rosenberg MobipocketGewaltfreie Kommunikation: Eine Sprache des Lebens von Marshall B. Rosenberg EPub