



Erschienen am 22.03.2019  
64 Seiten, kartoniert  
Format: 14.0 x 21.1  
ISBN: 978-3-95571-768-1

Marshall B. Rosenberg

## Empathisch kommunizieren

Ein kleiner GFK-Leitfaden mit vielen praktischen Übungen

Wie lösen wir Meinungsverschiedenheiten?

Stehen Bewertungen im Zentrum der zwischenmenschlichen Kommunikation, wird unser Gegenüber wahrscheinlich mit Angst, Abwehr oder Schuldgefühlen reagieren. Sind jedoch Ehrlichkeit und Empathie die Basis, können wir in diesem geschützten Rahmen voneinander lernen und uns gegenseitig bereichern. Ehrlichkeit und Empathie sind das Herz einer jeden Kommunikation, die einen echten Austausch und friedliche Lösungen bei noch so großen Unterschieden zum Ziel hat.

Dieses Buch enthält:

- die vier Schritte der GFK, kurz und knapp
- viele praktische Übungen
- Beispielsätze und Übersichten

„In diesem Buch geht es um kommunikative Fähigkeiten zum gewaltfreien Lösen von Meinungsverschiedenheiten. Mithilfe der Übungen können wir lernen, uns empathisch auszutauschen und unser Leben zu bereichern.“ – Marshall B. Rosenberg

## Biografien

### Marshall B. Rosenberg

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.