



Trainingsbuch Gewaltfreie Kommunikation

Ingrid Holler

 **Download**

 **Online Lesen**

Trainingsbuch Gewaltfreie Kommunikation Ingrid Holler

 [Download Trainingsbuch Gewaltfreie Kommunikation ...pdf](#)

 [Online Lesen Trainingsbuch Gewaltfreie Kommunikation ...pdf](#)

Trainingsbuch Gewaltfreie Kommunikation

Ingrid Holler

Trainingsbuch Gewaltfreie Kommunikation Ingrid Holler

Downloaden und kostenlos lesen Trainingsbuch Gewaltfreie Kommunikation Ingrid Holler

232 Seiten

Kurzbeschreibung

Ein Buch aus der Praxis für die Praxis, das mit humorvollen Beispielen die Gewaltfreie Kommunikation nach Marshall B. Rosenberg für den ganz normalen Alltag brauchbar macht: Selbstlerner/innen können in leicht nachvollziehbaren Übungen auf gehirnfreundliche Art das Handwerkszeug der Gewaltfreien Kommunikation trainieren, wie z.B.:

- Störungen aktiv und aufrichtig mit den vier Schritten ansprechen;
- klare Bitten äußern statt Forderungen aufstellen;
- mit Kritik, Vorwürfen und Schuldzuweisungen produktiv umgehen;
- empathisch auf die Menschen hinter dem Konflikt hören, ohne die andere Meinung zu übernehmen;
- Ärger vollständig ausdrücken, statt ihn heimlich wirken zu lassen;
- Dankbarkeit ausdrücken ohne sich selbst oder andere zu verpflichten;
- lähmende innere Konflikte in lebendige Perspektiven umwandeln.

In einer speziellen Übung kann das Gelernte auf unsere alltäglichen Herausforderungen angewendet werden.

Trainer/innen und Übungsgruppen finden in diesem Buch eine Fülle an motivierenden, kommunikativen Übungen zu den wesentlichen Kommunikationsprozessen und -modellen der Gewaltfreien Kommunikation.

Das Arbeitsbuch orientiert sich inhaltlich an dem Buch von Marshall Rosenberg "Gewaltfreie Kommunikation", d.h. es hat die gleiche thematische Kapitelaufteilung, und Sie finden immer wieder Fragen zu dem Text im GFK-Buch, die die Übungen vertiefend begleiten. Über den Autor und weitere Mitwirkende Zuhören können und sich selbst offen mitzuteilen sind die Schlüssel für eine gelingende Kommunikation.

Das Miteinander im persönlichen Bereich kann davon ebenso positiv beeinflusst werden wie das Aushandeln gesellschaftlicher Positionen - zum Besseren für alle Beteiligten. Ingrid Holler ist langjährig erfahrene Autorin, Unternehmerin, Trainerin, Ausbilderin, Coach und Mediatorin auch in der Gewaltfreien Kommunikation. Sie ist Mitinhaberin der Akademie Blickwinkel - www.akademie-blickwinkel.de.

Download and Read Online Trainingsbuch Gewaltfreie Kommunikation Ingrid Holler #K9JUL24WRCY

Lesen Sie Trainingsbuch Gewaltfreie Kommunikation von Ingrid Holler für online ebook Trainingsbuch Gewaltfreie Kommunikation von Ingrid Holler 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 Trainingsbuch Gewaltfreie Kommunikation von Ingrid Holler Bücher online zu lesen. Online Trainingsbuch Gewaltfreie Kommunikation von Ingrid Holler ebook PDF herunterladen Trainingsbuch Gewaltfreie Kommunikation von Ingrid Holler Doc Trainingsbuch Gewaltfreie Kommunikation von Ingrid Holler Mobipocket Trainingsbuch Gewaltfreie Kommunikation von Ingrid Holler EPub