

## GEWALTFREIE KOMMUNIKATION nach M. Rosenberg

Die Gewaltfreie Kommunikation (GFK) wurde von Marshall Rosenberg entwickelt. Es macht subtile Gewalt (auch in der Sprache) bewusster und verändert dadurch die innere Haltung. Bei der Lösung von Konflikten werden immer alle beteiligten Personen gehört und berücksichtigt. Es dient in erster Linie zur Selbstreflexion und hat positive Auswirkungen auf die Beziehungen.



Ein empfehlenswertes Buch zum Einsteigen:

### "Konflikte lösen durch Gewaltfreie Kommunikation"

von Marshall B. Rosenberg - Ein Gespräch mit Gabriele Seils

Ein empfehlenswertes Buch für Fortgeschrittene:

### "Die neue Gewaltfreie Kommunikation"

von Markus Fischer

Derzeit gebe ich in der GFK keine Einzelsitzungen oder Workshops. Aber die Weisheit und Erfahrung von der GFK fließt in mein Leben ein.

Amalia Kernjak