



**Neue Wege für
Mensch, Organisation und Raum**

GFK | Gewaltfreie Kommunikation

Tragen Sie den Wunsch in sich, Gespräche konstruktiv zu gestalten, Missverständnisse zu vermeiden und Konflikte lösungsorientiert zu klären? Die Gewaltfreie Kommunikation (GFK) nach Marshall B. Rosenberg unterstützt Sie dabei, **Verständnis, Kooperation und Empathie** zu fördern – auch in herausfordernden Situationen.

Wir begleiten Sie durch einen strukturierten Prozess, der unter anderem die **vier Schritte der GFK** vermittelt und in die Praxis überträgt:

1. **Beobachtung** – Fakten statt Bewertungen
2. **Gefühl** – authentisch ausdrücken, was in Ihnen vorgeht
3. **Bedürfnis** – Klarheit über das, was Ihnen wichtig ist
4. **Bitte** – konkrete, erfüllbare Wünsche formulieren

Je nach Zielsetzung rechnen wir im Rahmen eines **Einzel-Coachings** mit einem Zeitinvestment von **3 bis 6 Stunden** in physischen oder digitalen Gesprächen. Oder aber Sie planen einen **Workshop** mit Ihrer Organisationseinheit von **ein bis zwei Tagen**. In einem Gespräch definieren wir mit Ihnen gemeinsam das massgeschneiderte Vorgehen.

Wir freuen uns auf Sie, begegnen Ihnen auf Augenhöhe und gehen gemeinsam den Weg zu einer **klaren, wertschätzenden Kommunikation**. Kontaktieren Sie uns – und gestalten Sie «neue Wege»!