



**GFK-Navigator Wandposter für Gewaltfreie  
Kommunikation (2017) - Durch Empathie  
Beziehungen schützen und vertiefen, sowie  
Konflikte kompetent lösen [DIN A2 - hochwertig  
glänzend]**

 **Download**

 **Online Lesen**

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

# **GFK-Navigator Wandposter für Gewaltfreie Kommunikation (2017) - Durch Empathie Beziehungen schützen und vertiefen, sowie Konflikte kompetent lösen [DIN A2 - hochwertig glänzend]**

*Christian Schumacher, Samuel Cremer, [www.futurepacemedia.de](http://www.futurepacemedia.de)*

**GFK-Navigator Wandposter für Gewaltfreie Kommunikation (2017) - Durch Empathie Beziehungen schützen und vertiefen, sowie Konflikte kompetent lösen [DIN A2 - hochwertig glänzend]** Christian Schumacher, Samuel Cremer, [www.futurepacemedia.de](http://www.futurepacemedia.de)

 [Download GFK-Navigator Wandposter für Gewaltfreie Kommunik ...pdf](#)

 [Online lesen GFK-Navigator Wandposter für Gewaltfreie Kommun ...pdf](#)

**Downloaden und kostenlos lesen GfK-Navigator Wandposter für Gewaltfreie Kommunikation (2017)  
- Durch Empathie Beziehungen schützen und vertiefen, sowie Konflikte kompetent lösen [DIN A2 -  
hochwertig glänzend] Christian Schumacher, Samuel Cremer, [www.futurepacemedia.de](http://www.futurepacemedia.de)**

---

1 Seiten

**Kurzbeschreibung**

Wie oft erleben wir im Alltag, wie wir uns durch wenige gesprochene bzw. gehörte Worte plötzlich unwohl fühlen oder aber unser Gegenüber nicht zu verstehen scheint, wie wichtig uns etwas ist? Missverständnisse schwächen unsere Beziehungen zu Kollegen, Freunden, Familie und Partner. Wir bitten jemanden und er versteht es als Forderung. Ein anderes Mal hören wir einem Freund bei seinen Leidensgeschichten zu und wissen nicht wie wir reagieren sollen, um ihm zu helfen.

Der GfK-Navigator bietet dir eine umfassende Übersicht sowie viele kleine Schritt-für-Schritt-Anleitungen, um bei deiner Kommunikation Missverständnisse zu vermeiden und in verständnisvoller, einführender Verbindung zu bleiben. Empathie ist der Schlüssel wie Du Deine eigenen Bedürfnisse besser wahrnehmen und dich in die Bedürfnisse anderer einfühlen kannst. Der GfK-Navigator will dir ein Kompass und eine Karte sein, um diese innere Haltung des „mitfühlenden Bedürfnisforschers“ in dir zu wecken. Mit dieser Haltung und den Prinzipien, die dir der GfK-Navigator vermittelt, wirst auch du in der Lage sein, bereits entstandene innere wie auch äußere Konflikte (sprich Konflikte in deinem Inneren sowie mit anderen Menschen) kompetent aufzulösen.

Wir haben den GfK-Navigator mit dem Anspruch entwickelt, dass: ... er für dich vor allem alltagstauglich ist und jedes vorgestellte Prinzip mit umgangssprachlichen Beispielen verdeutlicht wird. Hierfür haben wir sinnvolle Illustrationen und Infografiken verwendet. Du benötigst praktisch keine Vorkenntnisse, um die Inhalte zu verstehen, die aus unserer Sicht die wichtigsten Themen der GfK behandelt. Die Fülle der Inhalte sind kompakt und gleichzeitig übersichtlich sowie optisch ansprechend gestaltet. Auch GfK-erfahrene Menschen finden Inspiration und Gedankenstützen, die sie an wichtige Prinzipien und Elemente der GfK erinnern.

Der GfK-Navigator zeigt dir auf nur zwei Seiten:

- Die vier Schritte der GfK mit Beispielen für Selbsteinfühlung, Selbstaussdruck und Fremdeinfühlung
- Die häufigsten Bedürfnisse im Alltag
- Welche Gefühle bei nicht erfüllten Bedürfnissen entstehen
- Welche Gefühle bei erfüllten Bedürfnissen auftauchen
- Wie du sogenannte „unechte Gefühle“ (z.B. „Ich fühle mich nicht gesehen“) erkennst und wie du diese in unerfüllte Bedürfnisse übersetzt
- Wie du auf Beschwerden, Jammern, Sorgen eines Anderen mit Erste-Hilfe-Empathie reagieren kannst, so dass dein Gegenüber sich verstanden fühlt und wieder in Kontakt mit seinen Bedürfnissen kommt
- Wie du erfolgversprechend bitten kannst - Welche Arten von Bitten es gibt
- Wie du eine Bitte von einer Forderung unterscheidest und aus einer Forderung eine Bitte machst
- Was die Unterschiede zwischen Wunsch und Bitte sind
- Wie du in emotionaler Not mit dem sogenannten „Giraffenschrei“ gewaltfrei kommunizieren kannst
- Die vier Arten mit unangenehmen Ereignissen oder Aussagen umzugehen
- Wie und warum du statt die Worte „müssen“ und „sollen“ besser das Wort „wollen“ verwendest
- Wie du statt zu loben, echte Wertschätzung geben kannst -
- Wie du anstatt dich zu entschuldigen besser dein Bedauern zum Ausdruck bringst
- Wie du ein „Nein“ so hören und sagen kannst, dass der Kontakt mit dem anderen erhalten bleibt
- Welche Reaktionsweisen selten wirklich emphatisch wahrgenommen werden (wie z.B. „Ratschläge, Trösten, Analysieren, Belehren etc. )

- Wie du gewohnheitsmäßige Sätze wie z.B. „Ich kann nicht!“ oder „Das ist schlau“ oder „Das macht mich wütend“ in gewaltfreie Aussagen übersetzt
- Verschiedene sprachliche Möglichkeiten deine Bedürfnisse auszudrücken
- Was der Unterschied zwischen Bedürfnis und Strategie ist und
- Wie du „innere Konflikte“ löst (wie z.B. wenn jemand etwas nicht tut, was du gerne hättest)
- Wie du „äußere Konflikte“ löst (wie z.B. wenn du dich mit jemanden auf etwas einigen willst, der etwas anderes will als du)

\*\*\*\*\*

Hinweis:

Der GfK-Navigator ist auch im handlichen DIN A4 Format - hochwertig, strapazierfähig, glänzend laminiert - erhältlich. (ISBN 0646437223836)

\*\*\*\*\*

\*\*\*\*\*

\*\*\*\*\*

Wir entwickeln unsere Info-Karten (Quickfinder) und Poster:

- immer: hilfreich und verständlich
  - kompakt
  - übersichtlich
  - praxisnah
  - alltagstauglich
  - zeitsparend
  - spickzettelmäßig
- und langlebig (Info-Karten sind 500 micron stark laminiert mit abgerundeten Ecken)

Mehr Info-Karten und Poster finden zu vielen Themen  
der persönlichen Entwicklung finden Sie unter [www.futurepacemedia.de](http://www.futurepacemedia.de)

\*\*\*\*\*

\*\*\*\*\*

Download and Read Online GfK-Navigator Wandposter für Gewaltfreie Kommunikation (2017) - Durch Empathie Beziehungen schützen und vertiefen, sowie Konflikte kompetent lösen [DIN A2 - hochwertig glänzend] Christian Schumacher, Samuel Cremer, [www.futurepacemedia.de](http://www.futurepacemedia.de) #6YVHWL4X1QT

Lesen Sie GFK-Navigator Wandposter für Gewaltfreie Kommunikation (2017) - Durch Empathie Beziehungen schützen und vertiefen, sowie Konflikte kompetent lösen [DIN A2 - hochwertig glänzend] von Christian Schumacher, Samuel Cremer, [www.futurepacemedia.de](http://www.futurepacemedia.de) für online ebook GFK-Navigator Wandposter für Gewaltfreie Kommunikation (2017) - Durch Empathie Beziehungen schützen und vertiefen, sowie Konflikte kompetent lösen [DIN A2 - hochwertig glänzend] von Christian Schumacher, Samuel Cremer, [www.futurepacemedia.de](http://www.futurepacemedia.de) 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 GFK-Navigator Wandposter für Gewaltfreie Kommunikation (2017) - Durch Empathie Beziehungen schützen und vertiefen, sowie Konflikte kompetent lösen [DIN A2 - hochwertig glänzend] von Christian Schumacher, Samuel Cremer, [www.futurepacemedia.de](http://www.futurepacemedia.de) Bücher online zu lesen. Online GFK-Navigator Wandposter für Gewaltfreie Kommunikation (2017) - Durch Empathie Beziehungen schützen und vertiefen, sowie Konflikte kompetent lösen [DIN A2 - hochwertig glänzend] von Christian Schumacher, Samuel Cremer, [www.futurepacemedia.de](http://www.futurepacemedia.de) ebook PDF herunterladen GFK-Navigator Wandposter für Gewaltfreie Kommunikation (2017) - Durch Empathie Beziehungen schützen und vertiefen, sowie Konflikte kompetent lösen [DIN A2 - hochwertig glänzend] von Christian Schumacher, Samuel Cremer, [www.futurepacemedia.de](http://www.futurepacemedia.de) Doc GFK-Navigator Wandposter für Gewaltfreie Kommunikation (2017) - Durch Empathie Beziehungen schützen und vertiefen, sowie Konflikte kompetent lösen [DIN A2 - hochwertig glänzend] von Christian Schumacher, Samuel Cremer, [www.futurepacemedia.de](http://www.futurepacemedia.de) Mobipocket GFK-Navigator Wandposter für Gewaltfreie Kommunikation (2017) - Durch Empathie Beziehungen schützen und vertiefen, sowie Konflikte kompetent lösen [DIN A2 - hochwertig glänzend] von Christian Schumacher, Samuel Cremer, [www.futurepacemedia.de](http://www.futurepacemedia.de) EPub