

## Warum ich die „Gewaltfreie Kommunikation“ in Unternehmen und Organisationen für wertvoll erachte

Menschen verbringen einen Großteil ihres Lebens am Arbeitsplatz. In der vorgegebenen Gemeinschaft von Vorgesetzten, Kollegen und Kunden entstehen leicht Konflikte und Stress. Manche Mitarbeiter kommen gut damit zurecht, andere leiden, manche werden krank.

Als langjährige Ärztin im Rehabereich habe ich die Auswirkungen belastender Arbeitsumstände auf meine Patienten erlebt. Burn-out, depressive Verstimmungen, psychosomatische Beschwerden können resultieren.

In der **Gewaltfreien Kommunikation** nach Dr. Marshall Rosenberg habe ich eine Methode gefunden, Menschen zu unterstützen, ihre Bedürfnisse und Grenzen wahrzunehmen, und gleichzeitig ein Kommunikationswerkzeug anzubieten, das dem Klienten hilft, sich „sozialverträglich“ auszudrücken. Denn oft führt eine große innere Not des Betroffenen zu Ausbrüchen von Vorwürfen und Klagen, die im Umfeld auf wenig wohlwollende Ohren stoßen. Die Frustration des Betroffenen wächst, die Situation eskaliert. Die Gewaltfreie Kommunikation bietet hier eine Chance aus dem Teufelskreis auszusteigen.

Es macht mir viel Freude, diese Methode und die damit verbundenen neuen Erfahrungen in meinen Schulungen weiterzugeben.

Gerne berate ich auch Einzelpersonen.

## Zu meiner Person

Von 1994 bis 2011 war ich als Ärztin im Rehabilitationsbereich tätig. Seit 2004 arbeite ich in meiner Praxis in Traunstein als Kommunikationstrainerin und Coach auf der Basis der „Gewaltfreien Kommunikation“. Es liegen vielfältige Erfahrungen mit Schulungen in Behörden, Unternehmen, sozialen Trägern sowie Einrichtungen im Gesundheitswesen vor. Derzeit befinde ich mich in einer Ausbildung zur Mediatorin.

**Dr. med. Stephanie Schnichels**  
**Ärztin – Kommunikationstrainerin – Coach**  
**Gewaltfreie Kommunikation**  
**Hypnotherapeutisches Coaching**  
**Gesundheitsberatung**

**Scheibenstr. 22 · D-83278 Traunstein**  
**Tel: 0861 2047915**

**info@gewaltfrei-traunstein.de**  
**www.gewaltfrei-traunstein.de**

## Empfehlenswerte Literatur

„Gewaltfreie Kommunikation“  
von Marshall Rosenberg, Verlag Junfermann

„Wertschätzende Kommunikation im Business“  
von Beate Brüggemeier, Verlag Junfermann

„Gewaltfreie Kommunikation“ Taschenguide  
von Andreas Basu, Haupe Verlag

# Kommunikation in Unternehmen und Organisationen

Konflikte am Arbeitsplatz  
konstruktiv und kreativ lösen



„Zusammenkommen ist ein Beginn, Zusammenbleiben ist ein Fortschritt, Zusammenarbeiten ist ein Erfolg.“  
Henry Ford

## Ein Kommunikationstraining für Ihr Unternehmen, für Ihre Organisation? Brauchen Sie und Ihr Team so etwas?

Arbeit in beruflichen Teams ist vielschichtig und komplex. Teams werden herausgefordert durch Zeitdruck, Kosteneffizienz und Personalfragen. Ihre gut durchdachten Konzepte berücksichtigen all dies, dennoch kommt es vor, dass Sie und Ihr Team Ihre gesteckten Ziele nicht erreichen, wichtige Arbeiten unerledigt bleiben, Mitarbeiter innerlich und äußerlich aussteigen. Im ungünstigsten Fall kommt es zu einem erhöhtem Krankenstand und zu Personalfuktuation.

Was können Sie beitragen zur Gestaltung eines wertschätzenden, motivierenden Klimas am Arbeitsplatz?

### Ein wichtiger Schlüssel ist die Kommunikation.

Kommunikation, so alltäglich und selbstverständlich sie scheint, kann Stolperstein oder Motor einer Gruppe sein. Worte – ob ausgesprochen oder unausgesprochen – bergen vielfältiges Potential für Missverständnisse und Stress im Arbeitsalltag.

### Umgekehrt öffnet eine gelungene Kommunikation Türen.

Sie baut Vertrauen auf, gibt Raum für Engagement und Kreativität. Sie steigert die Motivation im Team und stärkt die Loyalität zum Unternehmen, selbst in herausfordernden Situationen. Gelungene Kommunikation spart Zeit.

Jeder Arbeitgeber, jedes Team profitiert von den Kommunikationskompetenzen seiner Mitarbeiter.

Die Fähigkeit, klar und wertschätzend miteinander zu reden, ist keine Begabung einzelner. Sie ist eine erlernbare Qualität.

### Der Lösungsansatz

Die „**Gewaltfreie Kommunikation**“ nach Dr. Marshall Rosenberg bietet hier einen wirkungsvollen und praktikablen Ansatz. Diese Kommunikationsmethode zeichnet sich durch ihre wertschätzende und lösungsorientierte Haltung sowie ihre klaren, direkt umsetzbaren Gesprächsführungstechniken aus. Sie hat weltweit Einzug gefunden in Organisationen, Institutionen und Betrieben zur Verbesserung der Unternehmenskultur sowie als Mediationsverfahren bei Konflikten zwischen Einzelpersonen und Gruppen.

*„Vorwürfe sind ungünstig formulierte Bitten.“  
Marshall Rosenberg*

In meiner **Schulung „Kommunikation in Unternehmen und Organisationen“** lernen Sie und Ihr Team die Grundlagen der Gewaltfreien Kommunikation kennen. Sie erleben, wie Sie durch eine achtsame Wortwahl dazu beitragen können, Ihren Berufsalltag entspannter und zugleich effizienter zu gestalten.

Werden im Arbeitsalltag anstelle von Kritik und Vorwürfen die eigentlichen Motive hinter den Anliegen ausgesprochen, entstehen Transparenz und Raum für gegenseitiges Verständnis. Dies schafft Verbindung und die Bereitschaft für kooperative Lösungen – selbst im Konfliktfall. Meetings werden zielgerichteter und wertschätzender durch die erweiterten Kompetenzen der Mitarbeiter sich auszudrücken und zuzuhören.

## Schulungskonzept

### Basisschulung (1–2 Tage)

Die Vermittlung der Grundlagen der „Gewaltfreien Kommunikation“ ist Basis jedes Trainings. Sie erlernen die theoretischen Kenntnisse einer wertschätzenden Kommunikation und können anhand dieser Kriterien einfache Situationen analysieren und klären. Beispiele aus dem Arbeitsalltag mit Einzel- und Demonstrationsübungen zeigen Ihnen erste Erfolge für ein konstruktives Miteinander.

### Aufbaukurse (1–2 Tage)

Der Aufbaukurs gibt Ihnen Werkzeuge an die Hand, auch mit Stresssituationen souverän umzugehen – sei es im Team, im Einzelgespräch oder mit Ihren Kunden.

Die Schulungsinhalte werden auf Ihren Arbeitskontext (Stadt- und Gemeindeverwaltung, Behörde, Industriebetrieb, soziale Träger, Dienstleistungs- und Einzelhandelsunternehmen, ...) und Ihr Arbeitsgebiet (Verwaltung, Personalwesen, Vertrieb, Verkauf, Kundenbetreuung, ...) abgestimmt.

Schulungsdauer, Seminarform (Einzelschulung, Inhouse- bzw. Offsite-Schulung) und Termine werden individuell mit Ihnen vereinbart.  
Honorar nach Absprache.

Hinweis für Unternehmen und Organisationen im Raum Chiemgau:



Regionalwährung Chiemgauer willkommen.