

(im Sinne der Gewaltfreien Kommunikation)

Du hast ... , da habe ich mich ... gefühlt, weil sich für mich ... erfüllt hat. Danke.

Du hast mir zugehört und wiedergegeben was du verstanden hast. Da bin ich erleichtert, weil ich Verständnis erfahren habe und mir klar geworden ist, wie ich weiter vorgehen möchte. Danke.

1. Nenne deine Beispielsätze und formuliere Beobachtung, dein Gefühl und Bedürfnis.
(Alternativ kannst du auch Beobachtung + Nutzen für die Institution formulieren)

This image shows a blank sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and extend across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

1. Herkömmliches Lob
2. Wertschätzung nach GFK mit Beobachtung, Gefühl, Bedürfnis und "Danke!" (siehe oben)
3. Verbinde dich mit dem erfüllten Bedürfnis und mit deinem Herzen. Teile jetzt deinem Gegenüber deine Wertschätzung mit. Benutze dabei die Worte, die für dich stimmig sind.

This image shows a blank sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.