

r

**Marshall B. Rosenberg**

# **Kinder einführend unterrichten**

**Wie Schülerinnen und Lehrerinnen durch  
gegenseitiges Verständnis Erfolg haben können  
Gewaltfreie Kommunikation: Die Ideen & ihre Anwendung**

**Aus dem Amerikanischen von Dr. Michael Dillo**

# INHALT



<b>Die Sprache des Herzens.</b> . . . . .	<b>7</b>
Vorbemerkung . . . . .	7
Wölfe und Giraffen. . . . .	9
Beobachten statt Bewerten. . . . .	14
Über „Macht mit“. . . . .	19
Bestrafung und Gewalt . . . . .	20
Ein Wortschatz für Gefühle. . . . .	24
Bedürfnisse. . . . .	28
Bitten im Unterschied zu Forderungen . . . . .	31
Das Hören von Gefühlen und Bedürfnissen - die empathische Verbindung. . . . .	33
Über Wunder und grünen Wackelpudding. . . . .	34
Zusammenfassung . . . . .	36
<b>Eine Unterhaltung von Herz zu Herz</b> . . . . .	<b>39</b>
Vorbemerkung. . . . .	39
Sich nicht kritisch äußern. . . . .	40
Unser Ziel: Eine empathische Verbindung - um die Bedürfnisse aller Beteiligten zu berücksichtigen. . . . .	42
Gefühle und Bedürfnisse hören. . . . .	43
Das Geschenk unserer Präsenz. . . . .	44
Klare, gegenwartsbezogene Bitten aussprechen. . . . .	45
Überprüfen, um sicher zu sein, dass die Botschaft angekommen ist . . . . .	47
Wenn Dank sich wie eine Beurteilung anfühlt. . . . .	52
Zusammenfassung. . . . .	54
Literatur. . . . .	55

Informationen über zertifizierte GFK-Trainer/innen im deutschsprachigen Raum . . . . .	56
Einige grundlegende Gefühle, die wir alle haben . . . . .	59
Grundlegende Bedürfnisse, die wir alle teilen . . . . .	59
Über das CNVC und die GFK. . . . .	61
Über den Autor. . . . .	64
Wie Sie den GFK-Prozess anwenden können . . . . .	65