

GEWALTFREIE KOMMUNIKATION

mit Kindern



**WIE SIE IHR KIND AUCH IN SCHWIERIGEN
PHASEN RICHTIG VERSTEHEN, KONFLIKTE
EINFÜHLSAM LÖSEN UND EINE LIEBEVOLLE
BEZIEHUNG AUFRECHTERHALTEN - INKL. DER
BESTEN TIPPS UND ÜBUNGEN**

Alle Ratschläge in diesem Buch wurden sorgfältig erwogen und geprüft. Eine Garantie kann dennoch nicht übernommen werden. Eine Haftung für jegliche Personen-, Sach- und Vermögensschäden ist daher ausgeschlossen. Die Benutzung dieses Buches und die Umsetzung der darin enthaltenen Informationen erfolgt ausdrücklich auf eigenes Risiko.

Alle Rechte, insbesondere das Recht der Vervielfältigung und Verbreitung der Übersetzung, vorbehalten. Kein Teil des Werkes darf in irgendeiner Form (durch Fotokopie, Mikrofilm oder ein anderes Verfahren) ohne schriftliche Genehmigung reproduziert oder unter Verwendung elektronischer Systeme gespeichert, verarbeitet, vervielfältigt oder verbreitet werden.



INHALT

Das erwartet Sie in diesem Buch

Was ist eigentlich Kommunikation?

Warum und wie kommunizieren wir täglich?

Was passiert, wenn die Kommunikation gestört wird?

Die gewaltfreie Kommunikation

Was Sie zu Anfang wissen müssen

Was Sie für die gewaltfreie Kommunikation brauchen

Die vier Grundbausteine

Beobachtung – Was sehen Sie wirklich?

Gefühle – Was fühlen Sie vs. Was denken Sie?

Bedürfnisse – Was brauchen Sie?

Die Bitte – Wie kommunizieren Sie?

Kommunikation mit Kindern

Das Besondere an der gewaltfreien Kommunikation mit Kindern

Warum die gewaltfreie Kommunikation für Kinder so wichtig ist

Wenn Erklärung hilfreich sein kann

Nützliche Tipps und Übungen

Wenn Sie vor Wut platzen könnten

Bestrafung, Zwang und Belohnung

Vernünftig Grenzen setzen

Perspektivenwechsel

Schreiben als kreativer Katalysator

Meditation

Nehmen Sie es nicht persönlich

Bewusste Worte wählen

Ein Kind sein lassen

Wenn alles den Bach herunter geht

Die Moral von der Geschichte