

Arta parentajului plin de respect - 7 metode de Comunicare Nonviolenta pentru a transforma conflictul in cooperare



Arta parentajului plin de respect este o carte pentru parinti si copii deopotriva. Autoarele, Sura Hart si Victoria Kindle Hodson, ne propun un proces in 7 pasi prin care putem deveni acei parinti care sunt capabili sa ofere respect si siguranta emotionala, structura si limite ferme, dar pline de iubire, cooperare si un model de comunicare empatica.

Rating: Nu a fost evaluat inca

Pret:

Pret catalog: 39,00 lei

Pret cu reducere: 37,14 lei

Pretul de vanzare: 39,00 lei

[Pune o intrebare despre aceasta carte](#)

Descriere

Arta parentajului plin de respect este o carte pentru parinti si copii deopotriva. Autoarele, Sura Hart si Victoria Kindle Hodson, ne propun un proces in 7 pasi prin care putem deveni acei parinti care sunt capabili sa ofere respect si siguranta emotionala, structura si limite ferme, dar pline de iubire, cooperare si un model de comunicare empatica. Cuprinde numeroase tehnici de comunicare, exercitii practice, activitati si instrumente validate de mii de familii din intreaga lume.

Avand la baza Comunicarea Nonviolenta, o filosofie de viata formulata de Marshall Rosenberg, cartea porneste de la principiul ca in spatele fiecarui comportament, al nostru sau al copiilor nostri, se afla intentia de a ne implini o nevoie, iar nevoile tuturor sunt la fel de importante si de reale. Ne invata ca putem gandi si simti intr-un limbaj al compasiunii, care ofera empatie si respect si ne ajuta in intelegerea celui alt. Vom uita

acest razboi al relatiilor pe care, prin gandirea noastra plina de invinuiri, frica si neincredere, il perpetuam de generatii in familiile noastre, in salile de clasa si in societate.

*

„Cititi aceasta carte cu un jurnal si un creion alaturi, caci fiecare capitol va ofera exercitii practice si oportunitatea de a reflecta la lucrrile care conteaza cu adevarat, pentru a trai viata alaturi de cei dragi constient si intentionat.”

Monica Reu, trainer certificat al Center for Nonviolent Communication

„Din aceasta carte extrem de importanta si de practica puteti invata instrumentele si abilitatile de care aveti nevoie pentru a-i pregati cu adevarat pe copii pentru viata. [...] Incercati nu doar sa cititi aceasta carte, ci sa traiti dupa aceste principii. Impartasiti-le cu partenerul de viata, cu prietenii si cu copiii vostri. Pas cu pas, cu fiecare parinte, cu fiecare familie care imbratiseaza aceste principii, vom crea o lume in care toate nevoile pot fi implinite in mod pasnic.”

Marshall B. Rosenberg, fondator al Center for Nonviolent Communication

CUPRINS

Figuri si activitati	9	
Prefata la editia in limba romana	11	
Prefata	15	
Mulumiri	19	
Cuvant-inainte	21	
Introducere	25	
PARTEA I		
Fundamentele respectului si ale cooperarii		
Capitolul 1 – Respect si cooperare: ce vor parintii si cum pot sa obtina	33	
Capitolul 2 – Respectul de sine: si parintii au nevoi	47	
Capitolul 3 – Ce il scoate pe „co” din cooperare?	59	
PARTEA A II-A		
Cele 7 chei ale cooperarii		
Cheia 1 – Stabilirea obiectivelor	73	
Cheia 2 – Descoperiti nevoile din spatele fiecarei actiuni	91	
Cheia 3 – Cultivarea sigurantei, increderii si apartenentei	105	
Cheia 4 – Incurajarea daruirii	119	
Cheia 5 – Folositi un limbaj plin de respect	129	
Cheia 6 – Invatam impreuna	151	
Cheia 7 – Transformati-va caminul intr-o „zona lipsita de invinuire”	161	
PARTEA A III-A		
Activitati de familie si povesti din „zona lipsita de invinuire”		
Subiect: Cultura girafei si cultura sacalului	176	
Subiect: Intruniri de familie	180	
Subiect: Practici care ne imbogatesc viata	194	
Subiect: Rezolvarea pasnica a conflictelor	215	
Subiect: Jocul girafei si al sacalului	221	
Povesti din „zona lipsita de invinuire”	243	
Bibliografie	260	
Lecturi recomandate	262	
Despre Center for Nonviolent Communication	267	
Despre cele doua autoare	269	

Reviews

Nu exista comentarii pentru acest produs.