

Inhalt

Schaubilder und Aktivitäten	9
Einleitung	11
Dank.	13
Vorwort von Marshall B. Rosenberg	15
Einführung	17
Teil I – Die Grundlage für Respekt und Kooperation	21
1. Respekt und Kooperation:	
Was Eltern wollen und wie sie es bekommen können	23
2. Selbstrespekt: Auch Eltern haben Bedürfnisse	33
3. Was passiert mit dem „Ko-“ in Kooperation?	41
Teil II – Die 7 Schlüssel zur Kooperation.	49
Schlüssel 1 – Als Eltern Ziele haben.	51
Schlüssel 2 – Die Bedürfnisse hinter jeder Handlung erkennen	63
Schlüssel 3 – Schaffen Sie Sicherheit, Vertrauen und Zugehörigkeit	73
Schlüssel 4 – Zum Geben anregen.	83
Schlüssel 5 – Eine Sprache des Respekts	91
Schlüssel 6 – Gemeinsam vom Leben lernen	109
Schlüssel 7 – Machen Sie Ihr Zuhause zur respektvollen Zone.	117
Teil III – Familienaktivitäten und Geschichten aus der respektvollen Zone . . .	125
Thema: Giraffen- und Wolfskultur	128
Thema: Familienmeetings	131
Thema: Lebensbereichernde Übungen.	145
Thema: Konflikte friedlich lösen	166
Thema: Giraffen- und Wolfsspiel	173
Geschichten aus der respektvollen Zone	195

Anhang	209
Stimmen zum Buch.	211
Literatur	213
Informationen für Eltern.	214
Über die Autorinnen.	215
Informationen über zertifizierte GFK-Trainer/innen	
im deutschsprachigen Raum	216
Einige grundlegende Gefühle, die wir alle haben	223
Grundlegende Bedürfnisse, die wir alle teilen.	223
Über das CNVC und die GFK	225
Wie Sie den GFK-Prozess anwenden können	228
Sachwortregister	229