

Nonviolent Communication : ett språk för livet



Författare:	Marshall B Rosenberg
Utgivningsdatum:	2008-07-01
Förlag:	Friare Liv
ISBN:	9789197667173
Kategori:	Psykologi

[Nonviolent Communication : ett språk för livet.pdf](#)

[Nonviolent Communication : ett språk för livet.epub](#)

Upplev kraftfulla och tillfredsställande relationer på alla områden i ditt liv. Redan som barn lärde sig de flesta av oss att tävla, döma, kräva och diagnostisera. Och att tänka på vad vi tycker är "rätt" och "fel" med människor och att kommunicera det.

Detta invanda sätt att tänka och tala på ligger i vägen för kontakt vilket bidrar till frustration och missförstånd för oss själva och för andra. Den här sortens tänkande orsakar också ilska och smärta och kan därför leda till våld. Utan att ens önska det bidrar människor med de bästa intentioner till onödiga konflikter. I Nonviolent Communication: ett språk för livet, visar Marshall Rosenberg oss hur vi kan komma under ytan och upptäcka vad som är levande i oss. Han visar också hur alla våra handlingar är baserade på mänskliga behov som vi försöker tillgodose. När vi har kontakt med våra behov skapar vi en delad grund för mer tillfredsställande relationer - en djupare kontakt med andra och oss själva. Gör som tusentals andra som har förbättrat sina relationer och sina liv - lär dig denna enkla och ändå revolutionerande process. Nonviolent Communication NVC hjälper dig att: Befria dig själv från effekterna av tidigare erfarenheter och kulturell prägning. Bryta tankemönster som leder till konflikter, ilska och depression. Utveckla relationer baserade på ömsesidig respekt, medkänsla och samarbete. Skapa sociala strukturer som möjliggör att alla behov kan bli tillgodosedda Hantera konflikter fredligt; personligt eller yrkesmässigt, nationellt eller internationellt.

Giraffen, menar han, stannar upp och reflekterar, ser långt, sticker ut halsen och gör sig så För att bli ense i sak måste man vara ense om vilken sak man pratar. Jag vill gärna förstå och lära mej ☺ Symbolerna Varg och Giraff. (Gränser med respekt, del 3) Rädsla, skuld och skam. Hej Petra. Hej Petra. Giraffen, menar han, stannar upp och reflekterar, ser långt, sticker ut halsen och gör sig så För att bli ense i sak måste man vara ense om vilken sak man pratar. Hur mycket jag än har att göra på jobb följer och läser jag ändå dina mail eftersom det är så viktigt för mig. Hur mycket jag än har att göra på jobb följer och läser jag ändå dina mail eftersom det är så viktigt för mig. Symbolerna Varg och Giraff. (Gränser med respekt, del 3) Rädsla, skuld och skam. Jag vill gärna förstå och lära mej ☺ Symbolerna Varg och Giraff. Giraffen, menar han, stannar upp och

reflekterar, ser långt, sticker ut halsen och gör sig så För att bli ense i sak måste man vara ense om vilken sak man pratar.

Anledningen till det är att det är ett djur med ett stort hjärta. Hur mycket jag än har att göra på jobb följer och läser jag ändå dina mail eftersom det är så viktigt för mig. Hej Petra. Anledningen till det är att det är ett djur med ett stort hjärta. Anledningen till det är att det är ett djur med ett stort hjärta. (Gränser med respekt, del 3) Rädsla, skuld och skam.