

Inhaltsverzeichnis

Danksagung	VII
Vorwort der Herausgeberin der Reihe	IX
Vorwort	XI
Einleitung	1

I. Teil: Gewaltfreie Kommunikation

1. Grundgedanken der Gewaltfreien Kommunikation	4
2. Das <i>Gordon</i> Modell	9
3. Gewaltfreie Kommunikation als Leitprinzip für Schule und Unterricht	15
3.1 Das ist grundlegend: Wahrnehmen oder Feststellen ohne zu urteilen und zu bewerten	15
3.2 Wir nehmen unsere Gefühle wahr und drücken sie aus	19
3.3 Das ist entscheidend: Bedürfnisse als Wurzeln unserer Gefühle erkennen und ausdrücken	20
3.4 Und wir äußern konkrete Bitten	22
3.5 Wie wir empathisch zuhören können	26
3.6 Ärger nicht hinunterschlucken	30
3.7 Lob und Komplimente, aber bitte gewaltfrei!	32

II. Teil: Wie wir lernen, gewaltfrei miteinander umzugehen

4. Ein Zaubersprachprogramm für Schülerinnen und Schüler in sieben Abschnitten	34
4.1 1. Abschnitt: Worum geht es?	37
4.2 2. Abschnitt: Die Zaubersprachformel	43
4.3 3. Abschnitt: Wir lernen wahrzunehmen ohne zu urteilen und zu bewerten	73

4.4	4. Abschnitt: Was wir fühlen, was wir brauchen	82
4.5	5. Abschnitt: . . . , damit Bitten erfüllt werden	93
4.6	6. Abschnitt: Zuhören wie echte Detektive Wir wollen uns in andere einfühlen und sie verstehen: Wir hören, was sie fühlen, und was sie brauchen	103
4.7	7. Abschnitt: Wie wir mit Ärger umgehen können	114
5.	Let us be „Thirdsiders!“ Oder: Jeder ist ein Streitschlichter	123
5.1	Das Konzept der „dritten Seite“	123
5.2	Streitschlichten mit der Zaubersprache	130
5.2.1	Das Mediationsmodell	131
5.2.2	Ein Fallbeispiel	134
5.2.3	Wir lernen das Streitschlichten	136
	Ein paar Worte zum Schluss	150
	Literaturverzeichnis	151