

2.sz. melléklet a "Hatékony tanári kommunikációs stratégiák" eszközhöz

Hogyan használjuk az erőszakmentes kommunikációt?

Változtassa a szerepeket (használja az empatikus meghallgatás és kifejezés eszközét) annyiszor, ahányszor csak szükségét látja ahhoz, hogy megértsék egymást. Alkalmazza az empátia és az aktív meghallgatás eszközét (tisztázó kérdések az erőszakmentes kommunikáció négy lépésével) a másik meghallgatására, és a 4 lépést belső világunk kifejezésére.

Az erőszakmentes kommunikáció 4 lépése

1. A viselkedés vagy az események megfigyelése, leírása (értelmezés és értékelés nélkül)
2. Érzéseink kifejezése (az értékelő kifejezéseket elkerülve)
3. Szükségleteink kifejezése (annak tisztázása, hogy mit is szeretnénk)
4. Egyértelmű, pontos kérés a kapcsolatra vagy cselekvésre vonatkozóan (én-üzenetek vagy stratégiák)

Ez az eszköz a CroCooS – Előzzük meg a lemorzsolódást! című projekt keretében készült. Az Európai Bizottság támogatást nyújtott ennek a projektnek a költségeihez. Ez a kiadvány a szerző nézeteit tükrözi, és az Európai Bizottság nem tehető felelőssé az abban foglaltak bármilyen felhasználásért. Az eszközt megtalálja a projekt weboldalán: crocoos.tka.hu

CroCooS Toolkit by [CroCooS partnership](#) is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial-NoDerivatives 4.0 International License](#). Based on a work at <http://crocoos.tka.hu>. Permissions beyond the scope of this license may be available at <http://crocoos.tka.hu>. For more information about this CC license, visit [this site](#).

