

NOVEDAD

SER PADRES DESDE EL CORAZÓN

*Compartir los regalos de la compasión,
la conexión y la elección*

Inbal Kashtan

*En coproducción con la Asociación
para la Comunicación NoViolenta*

Encuadernación: Rústica, 13,5 x 21 cm, 68 páginas

Precio sin IVA: **9,52 €** - PVP: **9,90 €**
ISBN: 978-84-15053-43-9

Ser padres desde el corazón

Compartir los regalos de la compasión,
la conexión y la elección

Una presentación de las ideas de la Comunicación NoViolenta y su uso escrita por

Inbal Kashtan



Los padres de todo el mundo quieren conectar de forma compasiva con sus hijos para mostrarles amor y ofrecerles orientación incluso en momentos difíciles. En este práctico libro repleto de información, Inbal Kashtan describe el modo en que la Comunicación NoViolenta™ puede transformar la manera de criar a los hijos para promover la paz para las generaciones futuras. Los padres, los educadores y cualquier persona que se relacione con niños verán que este libro está lleno de perspectivas reveladoras y habilidades prácticas que alimentarán enormemente su conexión con los niños que haya en su vida.

Introducción 5

“Poder sobre” frente a “Poder con” 7

Empatía para el niño 9

Compartir la propia experiencia 11

Autoempatía 13

¿Por qué tomarse un tiempo para la conexión? 14

EJERCICIO 1: Traducciones básicas 16

EJERCICIO 2: Traducción a la CNV 18

Más allá de las luchas de poder 19

Moverse entre la autoempatía, la empatía, y la expresión 20

De la conexión surgen estrategias creativas 23

Un comentario sobre elegir el momento oportuno 25

EJERCICIO 3: Transformar las respuestas habituales 26

EJERCICIO 4: El momento adecuado para las conversaciones 27

Escuchar el “sí” en el “no” 28

Diálogo según la CNV 29

Conectar las estrategias con las necesidades 31

¿Qué diferencia provoca escuchar un “sí”? 32

EJERCICIO 5: Trabajar con el “no” 34

Uso protector de la fuerza 36

EJERCICIO 6: Considerar el uso de la fuerza 37

La CNV y el lenguaje 38

EJERCICIO 7: Más allá de las palabras 40

Mediar entre niños 43

La CNV con dos niños pequeños 44

Ser modelo de lo que uno quiere ver 45

Deben atenderse las necesidades de todos 47

EJERCICIO 8: Mediar entre niños 48

Elogios 49

Pasar de los juicios a las observaciones 50

EJERCICIO 9: Gratitud y apreciación 52

Comenzar con la CNV 54

Reconocer las diferencias entre los niños:

temperamento y desarrollo 57

EJERCICIO 10: Sigüientes pasos 61

Crianza para la paz 62

Cómo puede utilizar el proceso de la CNV 66

Algunos sentimientos y necesidades básicos
que todos tenemos 67

Acerca de Inbal Kashtan 68