

GRUNDANNAHMEN

DER GEWALTFREIEN HALTUNG & KOMMUNIKATION

Alle Menschen sind Individuen und haben unterschiedlich stark ausgeprägte Bedürfnisse

•

Jeder Mensch hat das Recht auf Bedürfniserfüllung

•

Alle menschlichen Handlungen und Worte dienen der eigenen kurz- oder langfristigen Bedürfniserfüllung.

•

Menschen handeln nicht GEGEN andere sondern FÜR ihre eigenen Bedürfnisse

•

Erwachsene sind selbst verantwortlich für die Erfüllung ihrer Bedürfnisse & für die Wahl ihrer Bedürfniserfüllungsstrategien

•

Es gibt zahlreiche Optionen zur Bedürfniserfüllung

•

Die Erfüllung von Bedürfnissen ist NICHT abhängig von bestimmten Personen oder Dingen

•

Unsere Gefühle entstehen aufgrund von unerfüllten Bedürfnissen in uns selbst

•

Andere Menschen sind nicht die Ursache unserer Gefühle - können aber der Auslöser sein.

•

Menschen tun gerne etwas für andere, wenn sie es freiwillig und im Einklang mit ihren eigenen Bedürfnissen tun dürfen.