

정리하기

1 비폭력 대화에서의 부탁

- 부탁: 어떤 일을 해 달라고 청하거나 말기는 것
- 비폭력 대화에서의 부탁: 상대에게 내 느낌과 욕구를 설명한 뒤 우리의 삶을 풍요롭게 하기 위해 상대가 할 수 있는 것을 자세하게 알려주는 것
- 부탁을 할 때 기억해야 할 것
 - 우리의 욕구/필요를 충족하려 함
 - 부탁은 가볍게 해야 함
 - 욕구 충족의 자원이 충분하다는 것 인식
 - 욕구/필요를 내면의 아름다운 에너지와 연결
 - 다양하고 창의적인 부탁은 몸과 마음이 여유로울 때 더 잘 생각남
 - 나 자신을 돌보기 위해 부탁을 할 수 있음
 - 타인을 돌보고 배려하는 것이 기쁘다면 그것이나의 욕구임을 인식

정리하기

2 비폭력 대화에서 부탁 연습

- 욕구/필요의 에너지에 연결해 부탁하기
- 누군가 부탁을 하는 상황을 상상
- 부탁할 상대와 역할극

정리하기

3 어린이들과 부탁놀이

- 어린이들에게는 부탁을 놀이로 만들어서 접근
 - 자신에게 문제와 갈등을 해결할 수 있는 힘이 있다는 것을 알고, 자신의 행위에 대한 책임도 져야 한다는 것을 배우게 됨
- 부탁놀이
 - 그림이야기 놀이: 느낌을 나타내는 그림을 보여줌
 - 부탁나무 놀이: 어린이 회의
 - 소원나무 놀이: 들어주고 싶은 소원을 나무에 매달음