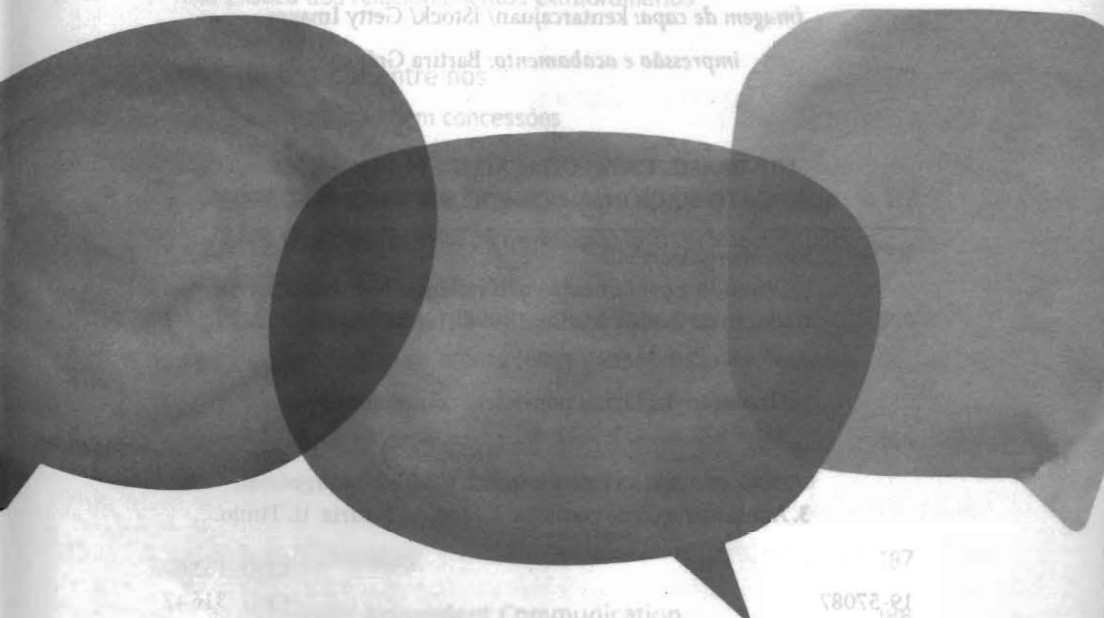


Marshall Rosenberg

VIVENDO A COMUNICAÇÃO NÃO VIOLENTA



SEXTANTE

Título original: *Living Nonviolent Communication: Practical Tools to Connect and Communicate Skillfully in Every Situation*

Copyright © 2012 por Marshall B. Rosenberg
Copyright da tradução © 2018 por GMT Editores Ltda.

Esta tradução foi publicada mediante licença exclusiva da Sounds True, Inc.

Todos os direitos reservados. Nenhuma parte deste livro pode ser utilizada ou reproduzida sob quaisquer meios existentes sem autorização por escrito dos editores.

tradução: Beatriz Medina

preparo de originais: Raphani Margiotta

revisão: Flávia Midori, Luis Américo Costa e Rafaella Lemos

projeto gráfico e diagramação: Valéria Teixeira

capa: Rodrigo Rodrigues

imagem de capa: kentarcajuan/ iStock/ Getty Images

impressão e acabamento: Bartira Gráfica

CIP-BRASIL. CATALOGAÇÃO NA PUBLICAÇÃO
SINDICATO NACIONAL DOS EDITORES DE LIVROS, RJ

R724v Rosenberg, Marshall
Vivendo a comunicação não violenta/ Marshall Rosenberg;
tradução de Beatriz Medina. Rio de Janeiro: Sextante, 2019.
192 p.; 16 x 23 cm.
Tradução de: Living nonviolent communication
ISBN 978-85-431-0672-4
1. Comunicação interpessoal. 2. Conflito interpessoal.
3. Administração de conflitos. I. Medina, Beatriz. II. Título.

19-57087

CDD 153.6
CDU 316.47

Todos os direitos reservados, no Brasil, por
GMT Editores Ltda.
Rua Voluntários da Pátria, 45 – Gr. 1.404 – Botafogo
22270-000 – Rio de Janeiro – RJ
Tel.: (21) 2538-4100 – Fax: (21) 2286-9244
E-mail: atendimento@sextante.com.br
www.sextante.com.br

Sumário

Uma breve introdução à Comunicação Não Violenta	7
1 Podemos dar um jeito Como resolver conflitos de forma pacífica e eficaz	12
2 Amar você sendo eu mesmo Guia prático dos relacionamentos extraordinários	32
3 Superando a dor entre nós Cura e reconciliação sem concessões	79
4 O propósito surpreendente da raiva Para além do gerenciamento da raiva: como encontrar sua virtude	112
5 Criando filhos com compaixão Como educar seu filho de acordo com a Comunicação Não Violenta	144
6 Espiritualidade prática Reflexões sobre a base espiritual da Comunicação Não Violenta	164
Leituras recomendadas	187
Sobre o Center for Nonviolent Communication	188
Sobre o autor	190