

## Nonviolent Communication: Theory, Application, and Evaluation

Wang Yuansheng

School of Economic and Management, Changshu Institute of Technology, Suzhou

**Abstract:** Nonviolent communication is a conscious, non-judgmental communication method born in the civil rights movement. It focuses on empathy and expression to resolve conflicts and promote interpersonal communication and cooperation. Nonviolent communication has been studied and applied in many fields. This paper summarizes the concept, history and development of non-violent communication, the application of non-violent communication in various fields and its current shortcomings, so as to provide reference and inspiration for future research.

**Key words:** Nonviolent communication; Empathy; Conflict resolution; Applications

Received: 2019-12-06 ; Accepted: 2020-01-07 ; Published: 2020-01-11

# 非暴力沟通：理论、应用与评价

王源晟

常熟理工学院经济与管理学院，苏州

邮箱：450065081@qq.com

**摘要：**非暴力沟通是在民权运动中诞生的一种有意识、非评判的沟通方法，它通过关注共情和表达方式来化解冲突，促进人际间的沟通与合作。非暴力沟通已在多个领域展开相关研究及应用。本文对非暴力沟通的概念、历史与发展、非暴力沟通在各领域中的应用及其当前的不足等方面进行综述，给未来的研究提供借鉴与启示。

**关键词：**非暴力沟通；共情；解决冲突；应用

收稿日期：2019-12-06；录用日期：2020-01-07；发表日期：2020-01-11

---

Copyright © 2019 by author(s) and SciScan Publishing Limited

This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



## 1 引言

非暴力沟通（缩写为NVC，也称为共情交流或协作交流）作为Marshall Rosenberg博士开发的一种沟通理念，旨在培养人与人之间的共情、协作、关怀和沟通能力。非暴力沟通已经成为一门日益受到国内外关注的学科，开展对非

暴力沟通系统的探讨，无论是在理论发展还是在指导实践方面都具有重要价值。

西方心理学界较早地在非暴力沟通领域开展了相关研究，并取得了丰硕成果，而国内研究却相对匮乏，因此本文尝试从非暴力沟通的历史切入，阐述分析非暴力沟通模型的特点、研究方法，以及在各领域的相关研究及应用，目的在于综述已有成果，为今后国内外相关领域研究提供借鉴。

## 2 非暴力沟通的发展历史与理论模型

### 2.1 非暴力沟通的发展历史

非暴力沟通根植于 Carl Rogers 等人创立的人本主义心理学，二者都强调共情是人类心理发展和建立人际关系的关键所在，它在人本主义心理学“没有人比你更了解自己”的观点上进一步延伸，以消除暴力，建立和谐的关系为目的，构建了自己的理论体系。

20 世纪 60 年代，Rosenberg 在美国南部的学校任教时，他的非暴力沟通模型的雏形开始显现。最初的目标是调整课堂上的师生关系，使学生主动参与学习。随着种族平权运动影响逐步扩大，Rosenberg 受印度政治家圣雄·甘地领导的“非暴力不合作运动”（Nonviolent and Non-cooperation Movements）与美国民权运动领袖马丁·路德·金领导的“非暴力直接行动”（Nonviolent Direct Action）影响，汲取了“非暴力”思想，并基于美国南部社区的促进种族融合、纠纷调解和教授人际交流技巧的实践，对非暴力沟通的理论进行了进一步完善 [2]。Rosenberg 认为圣雄甘地是非暴力沟通模型（NVC model）的灵感来源，他的目标是开发一种植根于 Ahimsa 哲学的互动实践过程：“所有的恶意、愤怒和仇恨从心中消退，而爱逐渐充盈” [1]，这个过程也形象的表达了非暴力沟通应用时的理想状态。

非暴力模型在形式上经历了三次变更。早期模型的发展主要建立在 Rosenberg 与他一些资深培训师的对白和合作培训之上，1972 年在促进种族交流的培训手册上提出了非暴力沟通模型的最早版本——观察，感受，以行动为导向的需求 [3]。1983 年诞生出第二版的模型——观察，感受，价值观和请求 [4]。

1999年确定的非暴力沟通模型沿用至今，进一步阐述了模型的四个组成部分：观察、感受、需要、请求。

## 2.2 非暴力沟通的核心模型

Rosenberg 定义的非暴力沟通过程由四个核心要素组成：①区分观察与评价（观察）②识别、体验和表达感情（感受）；③将感情与需要联系起来（需要）；④提出和回应请求（请求）。这四个要素在沟通中需要遵循三个原则：①诚实表达，②倾听他人（接受共情），③自我同情 [5]。



图 1 非暴力沟通模型

Table 1 Nonviolent Communication Model

在运用模型时还有两点要特别注意：

区分观察和评价。Rosenberg 认为如果将观察和评价混淆，人们会倾向于听到评论，产生主观上的契合或冲突而忽视谈论内容本身。非暴力沟通强调将观察与评价分开，清楚客观地表达观察结果，而不在主观上加以判断或评估。

区分感受和想法。想法通常是由感受衍生的，在负面感受产生时，它可能会将其极端化。例如“我弹奏钢琴的效果没有达到预期，这让我失落”这是感受，而“我钢琴弹得不好，可能我没有这个天赋”这是想法。非暴力沟通通过建立表达感受的词汇表，使我们可以更清楚的认识和表达感受，更理性客观的认识自己。

Rosenberg 强调，非暴力沟通并不是固定的公式，在使用时可以针对不同情

况与个人风格作出调整，它的精髓在于对其四个要素的觉察，而不在于刻意使用什么字眼进行交流。

### 2.3 非暴力沟通模型与戈登模型（Gordon Model）的比较

非暴力沟通的一个相似模型是戈登模型，戈登模型是 Thomas Gordon 博士开发的一种包含非语言和语言沟通的模型，最初只包含父母效能训练（Parent Effectiveness Training, PET），然后逐渐加入了教师效能训练（Teacher Effectiveness Training, TET）领导效能训练（Leader Effectiveness Training, LET）等多种训练方式。

戈登模型的创始人 Gordon 和 Rosenberg 都师从 Carl Rogers，两人都以临床心理学家作为职业生涯的起点，可能因为这些共同的因素导致了两人模型的相似之处 [6]，如下图所示。

表 1 戈登模型和非暴力沟通模型对比图

Table 1 The comparison diagram of Gordon model and nonviolent communication model

非暴力沟通模型与戈登模型的对照表				
	第一阶段	第二阶段	第三阶段	第四阶段
非暴力沟通模型	区分观察和评价	体会内心感受，并寻找这种感受产生的原因	理解对方言论背后的价值观，并思考双方的需求	将需要转换为请求提出，且要注意避免出人命令的语气
戈登模型	直接描述具体的行为或事实	观察这些事实与行为产生的影响	在他人陈述时，通过肢体，语言的交流让他人知道你在聆听	表达情感

非暴力沟通和戈登模型开始都强调在主观上剥离评价，认为只需要对观察到的情况进行陈述或表达情况带来的直观感受，而在后续方面却展现了理念上的差异：在戈登模型中，需求问题仍然含糊不清，而非暴力沟通对需求的概念定义却相当明确。非暴力沟通将情感与个人需求联系起来，而戈登模型中的情感的变化是受到具体的行为或情境的影响。

Rosenberg 在完善非暴力沟通模型时还调查了向他人提出请求后沟通双方采取具体行动解决问题的可能性之后，明确了沟通双方的关系要建立在诚实基础上。非暴力沟通在解决戈登称之为的“价值观或信仰冲突”的问题上提出了更

明确的观点 [6]。

Jone 认为，Gordon 发起的积极聆听与 Rosenberg 提出的共情聆听之间存在实质性差异，因为积极聆听通过特定的步骤，来反映说话者说出的内容，让他们知道您正在聆听，而共情聆听则是一个持续的过程全心全意地倾听并让对方充分展现自我的过程，目的是更好的共情和理解对方的需求 [7]。

Marion 还指出，非暴力沟通提供了自我共情 (Self sympathy) 的机会，从而可以应用于解决内部冲突或作为一种正念练习，而戈登模型是一种仅适用于他人的模式 [1]。

## 2.4 非暴力沟通的当前进展

非暴力沟通的实践也受到了国际组织的关注。联合国儿童基金会在塞尔维亚的多个学校开展了基于非暴力沟通原则的战后项目 [8]，联合国教科文组织 (UNESCO) 于 2003 年将非暴力沟通列为全球正式教育和非正式教育领域非暴力解决冲突的最佳实践之一。

随着影响力的扩大，非暴力沟通的研究更加学术化。在 Marion 指出针对非暴力沟通培训有效性的实证研究不足后 [1]，相关实证研究及出版物开始增长，Bowers 通过对现有理论的分析为非暴力沟通模型的每个元素提供了坚实的支持，进一步证明了非暴力沟通可学习性和应用的普遍性 [9]。Juncadell 使用元分析 (Meta-analysis) 对非暴力沟通对于共情发展的影响进行了系统的研究综述 [6]，推动着研究方法的继续改善。

## 3 非暴力沟通的应用：以人为中心的改善及其影响

非暴力沟通应用的目标群体从最初的师生间扩大到种族间，当前目标群体已经扩大到所有制度化的等级间与更宽泛的关系上。非暴力沟通着眼于将人际关系中包含的“统治关系”（建立在惩罚与恐惧的基础上）转变为“合作关系”（建立在相互尊重基础上） [1]，它不仅作为一种人际交流的过程来作用，还作为一种精神实践与价值观对个体发挥着影响 [5]。非暴力沟通已经在企业管

理 [10]、家庭关系 [11] [12]、学校教育 [13] [14]、心理治疗 [15]、婚姻关系 [16]、医疗保健 [17] 等领域展开了应用，下文摘取非暴力沟通较成熟的应用领域进行梳理，以求管中窥豹之效用。

### 3.1 非暴力沟通与青少年暴力行为

暴力是犯罪的主要类型之一，研究人员发现，暴力行为的上升与共情水平的下降有关。Gilligan 团队等人较早通过实证研究证明了非暴力的培训方案能够有效减少机构和社区中的暴力冲突，并可能影响累犯率 [18]，但并未明确指出非暴力沟通的效果。此后 Nash 在一家针对问题少年的机构中进行了非暴力沟通训练干预，发现经过非暴力沟通训练的问题少年运用非暴力方式解决问题（Nonviolent Resolution）的次数增长显著，他们在解决问题和冲突时能更好的观察个体的情感与需求，挑起冲突的次数和参与暴力行为的少于未经培训的问题少年 [19]。Mirsada 等人则选取了 180 名小学 4 年级学生为被试展开研究，同样发现经过非暴力沟通培训的实验组由各种原因引起的冲突倾向都低于未经培训的对照组，学习非暴力沟通对冲突倾向的降低具有积极影响 [20]。

非暴力沟通还能帮助移民适应新环境，减少了移民因不适应新环境导致的暴力冲突。Mosek 等人通过社区参与研究（Community-based participatory research, CBPR），在社区进行非暴力沟通培训，减少拉丁裔移民的子女由于不适应新社区而产生的犯罪和暴力行为。结果发现共情的交流可以改善人际关系，提高其情绪处理能力和化解冲突的能力 [21]。而另一份研究将叙利亚难民作为被试，进行非暴力沟通培训后，同样表明了非暴力沟通可以对与他人的沟通和协作有所改善。被试还报告说，非暴力沟通培训改变了他们对冲突的看法，在培训后针对遇到冲突的情况会尝试更多的解决方案 [22]。

### 3.2 非暴力沟通与罪犯社会性恢复

研究发现，非暴力沟通培训对男性假释犯的社会性恢复，如共情能力和社交水平有显著影响。Donna Riemer 分别在 2007 年和 2009 年对对假释者进行的非暴力沟通的干预效果进行了两项研究。第一项研究发现，与经历非暴力沟通



训练前的水平相比，经过非暴力沟通训练后的假释者对暴力的使用和牢房中的非自愿隔离（Involuntary seclusion）现象明显减少；第二项研究表明假释者受到的非暴力沟通的培训能够显著提升共情能力 [23]。

Marlow 等人为帮助假释者更好的重返社会，进行了为期 8 周的非暴力沟通干预，显著提高了其共情水平。同时发现，非暴力沟通培训可能是对假释犯药物滥用治疗方案的有益补充，可以有效地解决监禁和犯罪行为引起沟通方式上的问题，并可以协助假释者建立和维持积极的社交网络 [24]。

之后的研究中，非暴力沟通培训对罪犯的累犯率的影响也成了该领域关注的重点。Suarez 等研究者在美国华盛顿州所罗门监狱的“自由项目（Freedom Project）”开展的两项实验中，志愿者基于非暴力沟通与正念对 885 名囚犯（有效样本）进行了平均训练时长为 35.2 小时的培训，华盛顿州城市研究所显示华盛顿州罪犯五年内累犯率为 37%，而在“自由项目”里培训有素的囚犯十年内累犯率仅为 21%。同时此研究还发现，非暴力沟通培训可以增加受训罪犯的镇定感，减少愤怒，且训练的时长和愤怒的减少显著相关；经过训练的罪犯的共情能力显著提升，控制情感的能力增强 [25]。

### 3.3 非暴力沟通在护患关系领域的应用

王侣珍团队等人以护患关系为切入点展开了对非暴力沟通的临床应用及效果的研究，通过建立暴力沟通标准用语及考核体系的方法来对护士团队进行培训，发现经过非暴力沟通培训的护士处理各种护患冲突情境时，沟通能力优于未经过培训的护士；护士在经过非暴力沟通培训前的平均病人满意度为 60.48%，而培训后高达 95.20%，研究表明了非暴力沟通在护患关系的改善中具有重要意义，护士在工作中应用非暴力沟通模式能够显著提升病人满意度 [26]。

而另一组团队则是选取非暴力沟通下的角色扮演法深入体验护患角色，在角色扮演中充分掌握了理论知识和操作技能，在为期一年的观察与测量后同样发现培训组的人文关怀能力与病人满意度高于对照组 [27]。



### 3.4 非暴力沟通与心理治疗上的应用

Nafise 等人将非暴力沟通视为一种干预疗法，以 30 位经济与社会地位较低的青春期女生作为研究对象随机分组，对干预组进行非暴力沟通干预，结果发现非暴力沟通训练能够有效减轻经济与社会地位较低的女儿的自杀倾向；而与其他干预方式相比，非暴力沟通对以情感为中心（emotion-focused）的人影响更大 [28]。

Zandkarimi 的研究里将非暴力沟通训练用于团体心理辅导，研究对压力、焦虑和抑郁的影响，结果发现非暴力沟通干预组的压力有显著缓解，焦虑与抑郁水平降低 [29]。

### 3.5 非暴力沟通在团队协作的应用

研究者分别对荷兰的 3 个组织（学校、非政府组织和研究所）中进行了研究，定量研究表明，NVC 对组织间的沟通有非常积极的影响。而定性研究表明，通过非暴力沟通培训能够提高员工对自己的认识，同事间有了更多的倾听与理解，对工作有着积极的影响 [30]。

Museux 等人对两个卫生和社会服务部门的护理团队专业间协作（inter professional collaboration, IPC）进行了非暴力沟通培训，数据表明，非暴力沟通对团队决策与共同计划的制定有促进作用；团队成员在经过非暴力沟通训练后在角色澄清（role clarification, ）、以客户/家庭为中心的团队护理协作的效率以及领导能力方面的能力明显有所提升，但是在沟通能力上并没有明显变化 [31]。而另一项研究则表明进行非暴力沟通培训能减少护理人员的愤怒，提升人际交往和沟通能力 [32]。共情和沟通能力被证明会对医疗团队协作效率和与病人的结果造成影响 [33]。

李国春团队等人着眼于团体凝聚力和总体幸福感，研究了非暴力沟通在医疗团队沟通中的效果。研究团队对外科片区的 3 科室 40 名护士进行了为期 6 个月的干预，数据表明护士团队凝聚力与总体幸福感较干预前显著提升，发现非暴力沟通能够提升护士的心理调控能力，提升团队凝聚力和整体幸福感，有力的帮助了护理团队建设 [34]。

### 3.6 非暴力沟通在教育领域的应用

非暴力沟通能够作为跨文化教育中的一种语言教学模式来应用。此前研究表明，语言的攻击性可能与语言表达的强度有关，Mikolc 等人进一步发现，非暴力沟通中特定强度的修饰语，能够有效调整语言的强度，从而避免攻击性语言的产生。非暴力沟通可以在语言和文学创作的教学中提高跨文化交际能力和语言意识和上发挥重要作用 [35]。

非暴力沟通还应用于和平学（Peace Studies）的教学过程。Baesle 等人在对非暴力沟通应用于和平学的教学进行评估后发现，引入非暴力沟通对和平学的教学效果能够产生显著的影响，非暴力沟通与和平学的结合作为一种新型教学模式具有可行性 [36]。此后他还进一步阐述了非暴力沟通应用于和平学的重要性与实践过程 [37]。

除了与不同的科目结合教学，Heinrichs 等人还发现教师在教学模式中引入非暴力沟通，会对学校中的人际关系与教学氛围乃至教师的职业价值观产生积极的影响 [38]。

另一组研究表明，护理专业的学生在经过非暴力沟通教学后人际关系和沟通能力得到显著提升，且在前测前与后测中，女性学员相较于男性学员在共情方面得分更高。随着越来越多的男性加入护理队伍，这一发现可能特别值得探索 [39]。

非暴力沟通训练同样也被证明能应用在特殊群体，帮助他们改善与亲人的相处。Rezaei 团队等人采用 Pianta 亲子互动量表，考察了非暴力沟通训练对智障儿童和他们母亲亲子互动的影响，发现受训练的智障儿童在亲子互动方面比未受训练的智障儿童明显更好 [40]。

## 4 批评与讨论

(1) Altman, Bitschnau 和 Oboth 在各自的研究中主要采用通过参与者的反思试图彻底审查非暴力沟通模型的弱点，总结如下：

对大多数人来说，在人们不了解彼此的情况下，难以直接的表达情感和需求，

这将会影响非暴力沟通的表达效果。

使用非暴力沟通模型的初期会使人感到尴尬，部分人因为担心会显得“与众不同”，最终放弃了在日常生活中使用它。表达感受和需求也需要交流双方相互信任，可这种信任通常需要长期交流才能有选择的建立。

在日常生活中表达主动，清晰，有效的表达需要高水平的非暴力沟通知识。通常需要长时间的学习，反思，还需要耐心和纪律，这对大多数人难以做到[6]。

(2) Bitschnau 还表达了对在不加思考的情况下应用该非暴力沟通的风险的担忧，在这种情况下使用者可能会表现出对其他人强烈的期望，希望其他人同样是是非暴力沟通的使用者，这种情况可能会导致沟通中的焦躁与语言上的暴力，最终与非暴力沟通的目标背道而驰。此外熟练使用非暴力沟通的人可能会对不熟悉非暴力沟通的人产生偏见，而宁愿只在彼此之间交谈[41]。

## 5 总结与展望

针对非暴力沟通的研究之所以有意义，不仅在于它自身的价值，还在于它表明了研究者可以使用解决冲突的过程进行实证研究来推进方法论的进步。但在实证研究中，多数团队仅采用非暴力沟通这一种培训方法进行培训效果的研究，而对培训方法间的横向比较研究则很少，今后研究人员可以以培训方法间的横向比较为切入点，对非暴力沟通与其他培训方法的优劣和适用层级加以明确。而干预时长的不同对于干预效果有何影响也鲜有研究者证明。诚然，非暴力沟通在超过 65 个国家和地区开展了实际应用，其普适性也早已得到了理论和实践支撑，但实证研究往往在单一文化背景或单一群体中开展，其使用效果的结论很少进行横向比较。

直接而真诚的表达感受是非暴力沟通中重要的一步，然而研究表明，在不同文化语境下，人们在表达感受的习惯上是具有优选性的[42]，这意味着不同文化运用非暴力沟通的“先天”条件可能会存在不同，例如：在美国文化中人们倾向于直接表达感受，而受儒家“礼”文化影响数千年的中华文化在表达自我和他人感受时则相对更加内敛。Rosenberg 也在实践中注意到“对一些文化环境里的人来说，直接对他人反馈感受是很难的”[43]，但他并未在这个问

题上继续探讨。近年一些研究者已经认识到他们进行的非暴力沟通研究的文化背景限制性 [44]，而非暴力沟通在不同文化下使用效果这方面的目前暂无整合性研究，不同群体对非暴力沟通的学习难度与运用难度是否不同，非暴力沟通是否要针对不同文化背景的针对性改良，这是值得研究者在未来关注和讨论的内容。

作为一种非暴力沟通已成为国内外学界日益关注的研究主题，对非暴力沟通展开深入系统的探讨，无论是在理论发展还是在指导实践方面，都具有重要价值。国内非暴力沟通的应用研究刚刚起步，研究内容暂时还停留在师生关系与护理培训上，且大多数关于非暴力沟通有效性的研究仅停留在理论与思辨水平上，对非暴力沟通有效性评估的实证研究数量较少，仅有的实证研究集中在护理领域 [26] [27] [34] [45]。学术背景下对非暴力沟通效果评估的实证研究较为缺乏，大部分研究取样的人数较少，不利于推广，所以在多方面要加大投入。此外，中国化的非暴力沟通测量工具缺乏，未来需制定统一有效的中国化非暴力沟通测量工具并同时考虑主客观相结合的测量方法。

## 参考文献

- [1] Little M. Total honesty/total heart: Fostering empathy development and conflict resolution skills. A violence prevention strategy [Z]. 2008.
- [2] Rosenberg M B. Speak peace in a world of conflict: What you say next will change your world [M]. Encinitas, CA: Puddledancer Press, 2005.
- [3] Rosenberg M B. A Manual for "responsible" Thinking and Communicating [M]. St. Louis MO: Community Psychological Consultants, Inc. , 1972.
- [4] Rosenberg M B. A model for nonviolent communication [M]. Gabriola Island: New Society Publishers, 1983.
- [5] Latini T F. Nonviolent Communication: A Humanizing Ecclesial and Educational Practice [J]. Journal of Education & Christian Belief, 2009, 13 (1) : 19-31. <https://doi.org/10.1177/205699710901300104>

- [ 6 ] Juncadella C M. What is the impact of the application of the Nonviolent communication model on the development of empathy? Overview of research and outcomes [ D ] . University of Sheffield, 2013.
- [ 7 ] Jones S. Traditional education or partnership education: which educational approach might best prepare students for the future? [ D ] . 2009.
- [ 8 ] Savic N I. Mutual education: Giraffe language in kindergartens and schools [ R ] . 1996.
- [ 9 ] Bowers R. Toward an integrated model: Using nonviolent communication in mediation [ D ] . Antioch University Midwest, 2012.
- [ 10 ] Miyashiro M, Colonna J. Empathy Factor: Your Competitive Advantage for Personal, Team, and Business Success [ M ] . Encinitas, CA: Puddledancer Press, 2011.
- [ 11 ] Rosenberg M B. Raising children compassionately: Parenting the nonviolent communication way [ M ] . Encinitas, CA: PuddleDancer Press, 2004.
- [ 12 ] Hart S, Hodson V K K. Respectful Parents, Respectful Kids: 7 Keys to Turn Family Conflict into Cooperation [ M ] . Encinitas, CA: PuddleDancer Press, 2006.
- [ 13 ] Hart S, Hodson V K. The compassionate classroom: Relationship based teaching and learning [ M ] . Encinitas, CA: PuddleDancer Press, 2004.
- [ 14 ] Hart S. The no-fault classroom: Tools to resolve conflict & foster relationship intelligence [ M ] . Encinitas, CA: PuddleDancer Press, 2008.
- [ 15 ] Larsson L. A helping hand, mediation with nonviolent communication[EB]. Lulu. com. 2013.
- [ 16 ] Vazhappilly J J , Reyes M E S . Non-Violent Communication and Marital Relationship: Efficacy of 'Emotion-Focused Couples' Communication Program Among Filipino Couples [ J ] . Psychological Studies, 2017, 62: 275-283.  
<https://doi.org/10.1007/s12646-017-0420-z>
- [ 17 ] Sears M. Humanizing health care: Creating cultures of compassion with

- nonviolent communication [ M ] . Encinitas, CA: PuddleDancer Press, 2010.
- [ 18 ] Gilligan J, Lee B. The Resolve to Stop the Violence Project: reducing violence in the community through a jail-based initiative [ J ] . Journal of Public Health, 2005, 27 ( 2 ) : 143-148.  
<https://doi.org/10.1093/pubmed/fdi011>
- [ 19 ] Nash A L. Case study of Tekoa Institute: Illustration of nonviolent communication training's effect on conflict resolution [ Z ] . Virginia Tech, 2007.
- [ 20 ] Džaferović M. The effects of implementing a program of nonviolent communication on the causes and frequency of conflicts among students [ J ] . Teme-Časopis za Društvene Nauke, 2018, 42: 57-74.
- [ 21 ] Marcianna N, Durán Maite. Increasing Empathy and Conflict Resolution Skills through Nonviolent Communication ( NVC ) Training in Latino Adults and Youth [ J ] . Progress in Community Health Partnerships: Research, Education, and Action, 2017, 11 ( 3 ) : 275-283.  
<https://doi.org/10.1353/cpr.2017.0032>
- [ 22 ] Alshughry U. Non-violent communication and theatre of the oppressed: A case study with Syrian refugee women from the Kareemat Centre in Turkey [ J ] . Intervention, 2018, 16: 170. [https://doi.org/10.4103/INTV.INTV\\_45\\_18](https://doi.org/10.4103/INTV.INTV_45_18)
- [ 23 ] Riemer D. Creating sanctuary: Reducing violence in a maximum security forensic psychiatric hospital unit [ J ] . On the Edge, 2009, 15: 10-16.
- [ 24 ] Marlow E , Nyamathi A , Grajeda W T , et al. Nonviolent Communication Training and Empathy in Male Parolees [ J ] . Journal of Correctional Health Care, 2012, 18 ( 1 ) : 8-19. <https://doi.org/10.1177/1078345811420979>
- [ 25 ] Suarez A, Lee D Y, Rowe C, et al. Freedom project: Nonviolent communication and mindfulness training in prison [ J ] . Sage Open, 2014, 4, 1472439674. <https://doi.org/10.1177/2158244013516154>

- [ 26 ] 王侶珍, 付京, 毛文. 非暴力沟通模式在处理护患关系中的应用 [ J ] . 护理研究, 2014 ( 13 ) : 1636-1637.
- [ 27 ] 董莎. 非暴力沟通的角色扮演法在护理培训中的应用 [ J ] . 全科护理, 2018.
- [ 28 ] Nafise H, Ghazal Z. Non-Violent Communication and Its Impact on Suicidal Ideations and Coping with Stress Styles [ J ] . Journal of Behavioral and Brain Science, 2018, 8: 147. <https://doi.org/10.4236/jbbs.2018.84009>
- [ 29 ] Zandkarimi G, Kamelifar L, Heshmati-Molaee N. Nonviolence Communication to Reduce Stress, Anxiety and Depression in Young Iranian Women: A Randomized Experiment [ J ] . Child and Adolescent Social Work Journal, 2019, 36: 549-555. <https://doi.org/10.1007/s10560-018-0584-y>
- [ 30 ] Bonnell H, Li P, VAN Lingen T. Nonviolent Communication: a Communication Tool to support the Adaptive Capacity of Organisations? [ Z ] . 2017.
- [ 31 ] Museux A C, Dumont S, Careau E, et al. Improving interprofessional collaboration: The effect of training in nonviolent communication [ J ] . Social Work in Health Care, 2016: 1-13. <https://doi.org/10.1080/00981389.2016.1164270>
- [ 32 ] Lee M, Lee S. Effects of Nonviolent Communication ( NVC ) Program consist of Communication Ability, Relationship and Anger in Nurses [ J ] . Journal of The Korea Society of Computer and Information, 2016, 21: 85-89. <https://doi.org/10.9708/jksoci.2016.21.10.085>
- [ 33 ] Nosek M, Gifford E, Kober B. Nonviolent Communication ( NVC ) training increases empathy in baccalaureate nursing students: A mixed method study [ J ] . Journal of Nursing Education and Practice, 2014, 4. <https://doi.org/10.5430/jnep.v4n10p1>
- [ 34 ] 李国春, 金玲, 张月芹, 等. 非暴力沟通在外科护护沟通中的应用 [ J ] . 护理学杂志, 2018, 33: 52-54.



- [ 35 ] Mikolič V. TILKA Education Model and Nonviolent Communication [ J ] . Croatian Journal of Education: Hrvatski časopis za odgoj i obrazovanje, 2017, 9, 49–60.
- [ 36 ] Baesler E J , Lauricella S . Teach peace: assessing instruction of the nonviolent communication and peace course [ J ] . Journal of Peace Education, 2014, 11 ( 1 ) : 46–63.  
<https://doi.org/10.1080/17400201.2013.777899>
- [ 37 ] Baesler E J. I'd Rather Teach Peace: An Autoethnographic Account of the Nonviolent Communication and Peace Course [ J ] . Peace Studies Journal, 2017, 10.
- [ 38 ] Heinrichs K, Ziegler S. Commitment to Develop Appreciative Relationships in School: Nonviolent Communication as an Approach to Specify a Facet of Teacher Ethos [ J ] . Brill Sense, 2018. [https://doi.org/10.1163/9789004367326\\_010](https://doi.org/10.1163/9789004367326_010)
- [ 39 ] Cunico L, Sartori R, Marognoli O, et al. Developing empathy in nursing students: a cohort longitudinal study [ J ] . Journal of Clinical Nursing, 2012, 21 ( 13–14 ) : 2016–2025.  
<https://doi.org/10.1111/j.1365-2702.2012.04105.x>
- [ 40 ] Rezaei Z, Behpajoo A, Ghobari-Bonab B. The Effectiveness of Nonviolent Communication Program Training on Mother-Child Interaction in Mothers of Children With Intellectual Disability [ J ] . Archives of Rehabilitation, 2019, 20: 40–51. <https://doi.org/10.32598/rj.20.1.40>
- [ 41 ] Bitschnau K. Die Sprache der Giraffen: Zur Qualität zwischenmenschlicher Beziehungen. Wie die GfK Ihr Leben verändern kann [ J ] . Junfermann Verlag GmbH, 2014.
- [ 42 ] Barton E. Nonsentential constituents [ M ] . Amsterdam: John Benjamins, 1990. <https://doi.org/10.1075/pbns.2>
- [ 43 ] Rosenberg M, Chopra D. Nonviolent communication: A language of life: Life-changing tools for healthy relationships [ M ] . Encinitas, CA:

PuddleDancer Press, 2015.

- [ 44 ] Yang J W, Kim S. Integrative Review of Nonviolent Communication Intervention Studies [ J ] . Perspectives in Nursing Science, 2016, 13 ( 1 ) .

<https://doi.org/10.16952/pns.2016.13.1.36>

- [ 45 ] 伍彩虹, 刘雁, 姜志连, 等. “非暴力沟通”在护患沟通中的应用 [ J ] . 中国护理管理, 2016, 16: 859-861.