

**Sonder-Newsletter Fachverband Gewaltfreie Kommunikation e. V.
zum Resumée über die Fachtagung „Katalysator Kommunikation“ am
8. Juni 2013 in Stuttgart – September 2013**



Ich bin immer noch ganz begeistert von den Eindrücken aus Stuttgart! Zu sehen, wie engagiert Menschen aus unterschiedlichsten Bereichen (ich selber hatte Kontakt zu Teilnehmern von Universitäten, Stiftungen und Wirtschaft) die GFK in Ihre Gebiete tragen, hat mich sehr bewegt.

Es macht mir Mut zu erleben wo und wie stark die GFK auf Resonanz stößt.

Die zeitlich sehr passend getaktete Struktur und die wunderbare Location haben für mich ein Übriges für ein gelungenes Event getan.

Im Sinne des sozialen Wandels in allen Gesellschaftsschichten, halte ich eine solche Veranstaltung für unabdingbar.“ „Rundum-Sorglos-Paket“



So und ähnlich begeistert klangen viele Stimmen von TeilnehmerInnen am Ende der Tagung - das Vorstandsteam vom Fachverband dankt allen für die wertschätzenden Rückmeldungen und die zahlreichen Anregungen und wünscht nun auch denjenigen, die diesmal nicht dabei sein konnten viel Freude bei der Kurzreise durch die Fachtagung.



„Bereits in der Begrüßungsansprache berührt mich die Aussage von Herrn Macke zu der kurzfristigen Zusage von Auer & Ohler mit dem Bücherverkauf statt des verhinderten Klaus Dieter Gens mit „CONEX - books and more“. Statt Konkurrenzdenken wird das Miteinander, Unterstützung und fast Unmögliches noch möglich machen, deutlich. Authentizität und gelebte GFK!“

Der Tag beginnt mit einem durch Illustrationen begleiteten Vortrag von Werner Tiki Küstenmacher: Simplify your life –so entlarven Sie die kleinen Gewalttätigkeiten des Alltags

Auf sehr humorvolle Art führt er ein in neurobiologische Zusammenhänge und verbildlicht unser limbisches System im Gehirn als ein niedliches Wesen namens 'Limbi'.



Dieser Limbi wird lebendig, wenn Tiki Küstenmacher uns anschaulich vorführt, wie er in dieser oder jener Situation wohl reagieren würde, z.B. wenn wir unserem Limbi erklären, dass es notwendig wäre, eine

Darmspiegelung zu machen - in 5 % der Fälle glückt es, Limbi zu zwingen, unangenehmes zu tun. Das Zwingen scheint also keine sehr erfolgreiche Methode zu sein, die sich anpreisen ließe. Das ist vergleichbar mit einem Etikett auf einer Klebertube „Hält in 5% der Fälle!“



Warum halten wir trotzdem an der Methode „Zwang ausüben“ fest? Der Trend geht dahin mit Limbi gewaltfrei umzugehen, ihn zum Freund zu machen. Also, Ziele so zu formulieren, dass Limbi gerne mitmacht. Wenn Limbi ein Aspekt gefällt, macht Limbi mit!

Limbi, also unsere emotionalen und intuitiven Reaktionen gälte es nun in konstruktiven, gewaltfreien Dialog mit unserem Verstandesanteil zu bringen. Damit war der Bogen geschlagen zwischen den verschiedenen Komponenten der GFK, in der wir Gefühle als wichtig erachten und gleichzeitig unser Bewusstsein über unsere Bedürfnisse schulen.



Auf der Fachtagung wurden folgende Workshops angeboten von

Ingrid Holler

GFK Live – Erleben Sie live (mit) wie sich Konfliktgespräche mit der GFK konstruktiv gestalten lassen

Prof. Dr. Gregor Lang-Wojtasik

Interkulturelle Begegnungen wertschätzend verstehen und pädagogisch entfalten

Dr. Paula Maria Ladstätter

Wertschätzend und wirksam im Team kommunizieren – die Stormingphase in Gruppenprozessen

Gabriele Lindemann

Auftanken im Beruf: den Empathie-Akku laden

Dr. Uwe Schirmer

Einfühlsame Gesprächsführung in der Pflege

Dr. Karoline Bitschnau

GFK und gesellschaftliche Sprachstruktur

Beate Brüggemeier

Podiumsinterviews und Austausch: Erfahrungsberichte von Menschen aus Unternehmen

Dr. Christiane Staffhorst

Verantwortungsvolles Wirtschaften mit GFK – Ethik in Unternehmen

Serena Rust

Giraffentango: zentriert in mir im Tanz mit Dir – GFK in Paarbeziehungen

Hier eine Auswahl an Rückmeldungen zu den Workshops:

Z.B. die **Ingrid Holler**, es hat mich total gefreut, wie sie einfach Situationen, Gespräche, spontan geführt hat. Das hat mich ermutigt. (Anm. d. Red.: spontane, nicht eingeübte Demonstrationen von Konfliktdialogen auf der Bühne.) Und es war für mich kurzweilig, war lebendig.



Bei **Prof. Dr. Gregor Lang-Wojtasik** wurde betont, dass der Mensch nicht nur Individuum ist. Der Mensch braucht auch andere um über sich nachdenken zu können. Mir wurde verdeutlicht, was eigentlich „Kultur“ ist und die Aussage „Ist nicht eigentlich jeder Mensch behindert?“ stimmt mich nachdenklich.

„Mir hat die Vorgehensweise von **Frau Dr. Ladstätter** gefallen. Die verschiedenen Gruppenphasen mit der 4-Schritte-Brille zu analysieren ist eine gute Anregung auch andere Dinge mal unter diesem Aspekt vorzubereiten. Für meine Gruppenarbeit ergibt sich dadurch mehr Klarheit und Struktur.“



Gabriele Lindemann zeigt im Workshop „Auftanken im Beruf: den Empathie-Akku laden“ an Hintergründen aus der Neurobiologie, wie die Gewaltfreie Kommunikation Stress und destruktives Denken produktiv wandeln kann und direkt auf Gesundheit und Leistungsfähigkeit wirkt.

„Mir hat schon der Titel Ihres Vortrags gefallen „Auftanken im Beruf“, denn im Allgemeinen wird mit Arbeit eher immer das Gegenteil verstanden und ich arbeite da auch gegen eine starke Prägung in unserem Betrieb an.“
 „Mir hat es viel gebracht zu erkennen in welcher Weise die Gewaltfreie Kommunikation als das passende Rüstzeug für Kommunikation in der Arbeit hilft.“



„Von besonderem Interesse war für mich Ihr Hinweis auf die sog. ‚Amygdala-Falle‘ und den Autopiloten, sowie natürlich das in der Anwendung äußerst nützliche Modell der Wut-Palme mit gleichzeitigem Rescue-Kit in Form von ‚SAAT‘. Diese Erkenntnisse hätten auch mir in der Vergangenheit sicher das eine oder andere Ärgernis ersparen können.“



„Ich war in einem Vortrag von **Dr. Uwe Schirmer**, in dem es um GFK in der Pflege ging, speziell um Empathie in der Pflege. Mich hat das Thema interessiert, weil ich damit im letzten Jahr selber unterwegs war: mit GFK in der Pflege, im Gesundheitswesen. Und ich hatte Ärzteteams, die insbesondere mit chronisch Kranken befasst waren. Somit war ich jetzt sehr inspiriert von diesem Vortrag, denn er hat meinen bisherigen Zugang zu dieser Thematik noch absolut ergänzt. Es gab ein paar neue Begriffsdefinitionen, die mir jetzt auch nochmal Einiges geklärt haben. Ich hab die anderen Begriffe im Vergleich im Hintergrund und somit sind ein paar Groschen

gefallen, auf jeden Fall.“

„Das Thema von **Dr. Karoline Bitschnau** ‚GFK und gesellschaftliche Sprachkultur‘ finde ich absolut spannend und wichtig. Die GFK als Katalysator für die positive Entwicklung unserer Gesellschaft nutzen zu können ist doch sehr motivierend.“



Bei **Beate Brüggemeiers** „Podiumsinterviews und Austausch: Erfahrungsberichte von Menschen aus Unternehmen“ stellten vier Gäste, die im Beruf Führungspositionen innehaben, ihre Erfahrungen mit GFK in ihren Firmen vor.

Die Bandbreite an positiven Resultaten reicht

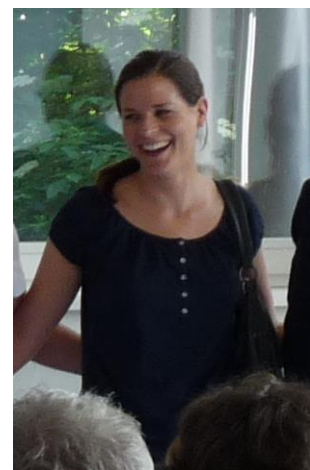
von gesunkenen Krankenständen, über „wiederaufgeblühte“ MitarbeiterInnen, die zuvor resigniert waren, über erfolgreiche Abflachung von Hierarchien bis hin zu mehr Selbstfürsorge im Umgang mit den eigenen Bedürfnissen.

Auch kontroverse Ansichten wurden ersichtlich. Während ein Unternehmensvertreter beschrieben hat, wie er große Teile der Firmen-Struktur umgekrempelt hat und etliche MitarbeiterInnen für die GFK begeistern konnte, verlaute ein anderer Unternehmensvertreter:

„Ich kann nur mich ändern, nicht mein Team. Mit Unterstützung der Gewaltfreien Kommunikation wollte ich Macht über mich erlangen. Indem ich mich verändert habe, hat sich auch das Team verändert.“

Der Workshop von **Dr. Christiane Staffhorst** „Verantwortungsvolles Wirtschaften mit GFK – Ethik in Unternehmen“ bestärkt darin, eine gewaltfreie Haltung vorzuleben:

„Ich wurde ermutigt, statt einer 100%-Lösung mit kleinen Schritten Einfluss zu nehmen und auch damit nachhaltig meine Unternehmenskultur mitzugestalten.“



Serena Rust tanzte mit ihren ZuhörerInnen den Giraffentango: zentriert in mir im Tanz mit Dir – GFK in Paarbeziehungen

Weitere Workshop-Eindrücke:

„Für mich hat sich der Samstag gelohnt. Die Organisation war perfekt, einfach an alles gedacht, vielen Dank hierfür.“

„Im Workshop zu Wertschätzender Kommunikation im Business hat es mir sehr gut gefallen, weil das auch mein Thema ist und ich angefangen habe, eigene Seminare zu geben. Da beschäftigt mich die Frage, was geht, was geht nicht? Wie viel Business-Language brauche ich um ernst genommen zu werden? Was überfordert sozusagen Leute im Business?“

„Es hat mir Mut gemacht, dass es möglich ist, GFK im Business zu verbreiten. Es hat mich auch bestärkt, wenn man dann Berichte davon hört, wie es in OrganisationsEntwicklungskontexte eingebettet wird. Da kommt man nochmal auf eine andere Ebene, die eine andere Nachhaltigkeit sichern kann als ein einzelnes Seminar.“

„Ich hab' nicht den Anspruch gehabt, dass ich was absolut Neues erfahre, sondern da war der Wunsch, einfach Menschen kennenzulernen, wo ich die Bücher schon gelesen hab'.“

„Und ein bisschen Kontakte zu knüpfen, weil wir im Fachverband sind, das war für mich ganz wichtig und das war voll erfüllt. Die Nähe zu den Menschen, die was mir beide nur von der Weite kennen als Österreicher. (Lachen) Das hab' ich genossen, das war eine schöne Zeit.“

„Vor allem hat's mir gefallen, dass ich Trainerkollegen getroffen hab' und gesehen hab', wie die arbeiten, was sie machen. Das hat mir wirklich Inspiration gegeben.“



Nach diesen und weiteren Vorträgen gab es zum Abschluss eine Vorführung des Improvisations-theaters „Ohne Gewähr“ mit szenischen Spiegelbildern zur Veranstaltung

„Es war wunderschön, den Tag lachend zu beginnen (Tiki) und zu beenden (Impro-theater).“



Impressum

Verantwortlich im Sinne des Presserechts und des Teledienstgesetzes und inhaltlich Verantwortlich gemäß § 10 Absatz 2 MDStV:

Robert Macke, Fachverband Gewaltfreie Kommunikation e.V., Geschäftsstelle

Huflattichweg 11, 70599 Stuttgart, Tel. +49 711 34219575,

E-Mail: kontakt@fachverband-gfk.org, www.fachverband-gfk.org

Möchten Sie unseren Newsletter nicht mehr erhalten? Bitte senden Sie uns eine kurze Nachricht an unsere Geschäftsstelle und wir nehmen Sie umgehend aus unserem Verteiler.