

Angebot zum Call for Papers für den Jahreskongress der GwG am 24.-26. Mai 2019 in Mainz:
„Aggression - zwischen Destruktivität und positiver Lebensenergie“

„Grrr, ich könnte Dich ...!“ Aggression als Keimzelle für Lebensdienliches.

Kurzbeschreibung Inhalt

Aggressivität – das Stiefkind unter den Gefühlen: Wer laut wird, zeigt Schwäche, wer schlägt erst recht, die Nächstenliebe ist gesellschaftlich ein verbreitetes Dogma und respektvoller Umgang? Das wollen wir doch alle.

Wie passt dazu unser Erleben und eigenes Verhalten im Verkehr, in unseren Familien, in und mit uns selbst? Wie kann diese Diskrepanz zwischen Anspruch und Wirklichkeiten verstanden werden?

Die Gewaltfreie Kommunikation (GfK) gibt Antworten und Handlungsvorschläge. Entwickelt von Marshall Rosenberg und stark beeinflusst durch Rogers PZA, stellt sie Akzeptanz, Wertschätzung und Empathie aggressiven Impulsen gegenüber, zur Wiederherstellung innerer Kongruenz. Grundlegend die Annahme, dass die Gefühle Indikatoren unserer Bedürfnisse sind, für deren Erfüllung wir *immer* selbst verantwortlich sind.

Bei „hungrig“ – na klar! – geht es um das Bedürfnis Nahrung, ganz verantwortlich regeln wir das selbst. Wobei aber geht es bei „wütend“, „sauer“, „zornig“? Was immer es ist, Wertschätzung, Autonomie oder auch Hunger, schnell geben wir die Verantwortung für diese *nicht* verstandene Bedürfnisinformation weiter. „Grr, der andere!“, und los geht's ins aggressive Verhalten – was auch immer individuell als solches wahrgenommen wird...

Wir erkunden an eigenen Aggressions-Impulsen, Auslöser, Gefühle, Bedürfnisse und Strategien zu unterscheiden. Wir erleben den Wert von Aggressionswahrnehmung für zwischenmenschliche Prozesse und suchen geeignetere Strategien zur Bedürfniserfüllung.

Gewünschtes Format:

Theoretischer Input mit wissenschaftlichen Hintergründen, Praxisteil, Erfahrungsaustausch

3 Schlagworte, in welchen Bereich Beitrag zu verorten ist

Psychologie, Beratung, Kommunikation

Art des Beitrags

Workshop 150'

Namen, Kontaktdaten, Einrichtung

Ulrike Michalski; Fachverband Gewaltfreie Kommunikation
ulrike.michalski@fachverband-gfk.org, (069) 3899 7423

Vorstandsmitglied im Fachverband Gewaltfreie Kommunikation
CNVC-zertifizierte GfK-Trainerin
Organisationsentwicklerin (M.A.)
Dipl.-Energiewirtin (FH), Dipl.-Bauingenierin (FH)

Veröffentlichungen:

Gewaltfreie Kommunikation in der Organisationsentwicklung.

In: Organisationsentwicklung. Tectum-Verlag Marburg 2014

Erlebnis Inszenierte Digitale Moderation: Wertschätzende Partizipation in großen Gruppen.

In: Events und Erlebnis. Springer Gabler 2017

