

## Fachverband Gewaltfreie Kommunikation e. V. zum Rückblick auf die Fachtagung „Fortschritt braucht GrenzgängerInnen – Aussichtsreiche Schritte zum Miteinander“ am 20.06.2015 in Stuttgart – Juli 2015



### 1. Rückblick von Philip Grobst

Nach den Grußworten der Vorsitzenden des Fachverbandes Andi Schmidbauer und Gabriele Lindemann startete die Fachtagung auf eindrucksvolle Weise mit dem altgedienten Politiker (Bundesminister a. D.) und in Stuttgart bestens bekannten Streitschlichter **Dr. Heiner Geißler**.



Trotz seines fortgeschrittenen Alters machte er einen agilen und sehr engagierten Eindruck. Auch Schwierigkeiten mit der Technik umschiffte er gelassen und hielt seinen Vortrag ohne Mikrofon. Er begab sich einfach in die Mitte des Raumes und stellte uns verschiedene Formen einer „Neuen Intelligenz...“ vor, die wir als GrenzgängerInnen für einen Wandel in der Gesellschaft brauchen bzw. anstreben dürfen. Er formulierte Eigenschaften einer „Moralischen Intelligenz“ und betonte dabei die tragende Rolle der Angst, ihrer Überwindung und einer Neuordnung in unserem Leben.



Für ihn „gibt es Dinge, die den Verstand übersteigen“ und er wies dabei auf die Wichtigkeit einer „Metaphysischen Intelligenz“ hin, um diese Dinge nicht einfach nur zu be- bzw. verurteilen, sondern sie zu verstehen. Mit der Notwendigkeit „Sprachlicher Intelligenz“ rundete er seinen Vortrag ab und nannte zahlreiche Möglichkeiten, nicht zuletzt die Politik, sich hier zu beweisen bzw. zu verbessern. So spannte er den Bogen zurück zur GFK und zu mehr Menschlichkeit. Mit zahlreichen Anekdoten und inhaltlichen Hinweisen auf sein neuestes Buch belebte er seine Aussagen „...von Fehlern, Risiken und anderen Chancen“.

Teilnehmende berichten: „*Ich habe Denkanstöße jenseits politischer Richtungen mitgenommen, in Richtung Kirche, Gesellschaft, Geschichte, Wirtschaft.*“

Nach dem inspirierenden Einstiegsvortrag ging es nach einer Kaffeepause in einen der vier verschiedenen Workshops, die man vor den Mittagessen wählen konnte:

### Martin Irlinger (MI): Im Zweifel mit Gewalt? Deeskalation mit GFK.



MI empfiehlt Situationen drohender Eskalation mit der inneren Haltung der GFK und Empathie zu begegnen. Das bedeutet, wir verbinden uns wertschätzend und einfühlsam mit unserem Gegenüber und bemühen uns authentisch und kongruent in unserem Ausdruck mit Sprache, Mimik und

Körperhaltung zu sein. Mit seinem Modell der Mauer, bestehend aus den Bausteinen der vier Schritte in der GFK, betonte MI, wie wichtig der unterste Baustein, die Beobachtung, sein muss, damit die Mauer stabil bleibt. Seine Verhaltenstipps zur Krisenintervention unter Berücksichtigung der maßgeblichen Einflussgrößen Stress und Aggression waren gut nachvollziehbar und sind sicher hilfreich für die eigene Praxis.

### **Andi Schmidbauer (AS): Absprachen einhalten – um jeden Preis?**

Liegt mein Wert darin, was ich tue? Wie steht es mit meiner Konformität zu Normen? Wie finde ich eine stimmige Balance? Was sind meine tatsächlichen Bedürfnisse? All diese Fragen wurden von AS angesprochen und mit Beispielen erfahrbar gemacht.



Welche Bedürfnisse erfülle ich mir bei einer Zusage, welche bei einer Absage und welche kommen möglicherweise zu kurz? Erstaunlich war es zu erkennen, dass es in beiden Fällen das gleiche Bedürfnis sein kann; so konnte man in Kontakt mit seinen Lieblingsstrategien kommen. Ein ausführliches Übungsblatt, gleichermaßen für „alte Hasen und für Neulinge“ (in der GFK) geeignet, erleichterte es persönliche Antworten auf diese Fragen zu erarbeiten:

*"Konkret im Alltag umsetzbar. Und ich konnte Anregungen und Denkanstöße mitnehmen."  
„Ein Thema, das ich sehr gut kenne. Berührung, Anregung, Lebendigkeit habe ich erlebt."*

### **Claudia Christ (CC): Ich sehe was, was du nicht siehst – Grenzen der Beobachtung erweitern**



Wir Menschen nehmen immer nur eine Auswahl von Daten und Fakten aus unserer Umwelt wahr: Nämlich solche, für die wir ein „Suchmuster“ im Gehirn haben. Erleben wir also bestimmte Gefühle häufiger als andere, weil wir bestimmte Auslöser wahrnehmen und andere nicht? Würde sich so manches Bedürfnis erfüllen, wenn das Spektrum dessen, was wir beobachten, breiter wäre?

Antworten auf diese Fragen konnte man mit dem neurobiologischen Modell des „Brain Patterning Cycle“ bekommen. Am Beispiel der Naturpädagogik zeigte uns CS methodische Möglichkeiten zur Umsetzung und neue Handlungsoptionen auf.

*„Das hat mir Klarheit und Differenzierung zur Wahrnehmung ermöglicht.“*

*„Der Hintergrund von Brain Patterns und ihre Wirkungsweise waren sehr spannend.“*

### **Stefan Becker (SB): Die Leiter im Baum der Erkenntnis**

Die Erzählungen unserer Herkunft, seien es biblische oder wissenschaftliche, prägen unser Bild von der Welt und begrenzen unsere Denk- und Handlungsräume. Sie bestimmen auch das Verhältnis zu anderen und zu uns selbst. Die GFK macht diese Grenzen sichtbar und schafft so die Voraussetzungen, sie zu überwinden.



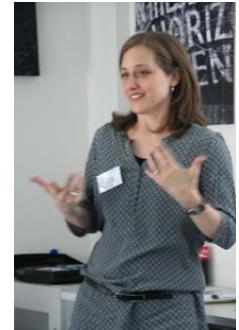
Im Vortrag ging es u.a. um den Umgang mit beschränkenden Mythen und Glaubenssätzen. SB hatte seine Ukulele dabei und beendete seinen Vortrag in Liedermacher-Manier.

*„Das beeindruckt“, wie zwei Teilnehmende hinterher begeistert berichten:  
„Inspirierende Vortragsart zur Herleitung der vier Phasen der GFK.“*

Die **Mittagspause von 90 Minuten** war durch gemeinsames Speisen und Gespräche in familiärer Atmosphäre dieser professionell geführten internationalen Jugendherberge angenehm. Mit Neugierde erwarteten viel TeilnehmerInnen die weiteren Workshops am Nachmittag. Es standen wieder vier Workshops zur Auswahl.

### **Claudia Schraewer (CS): Grenzen überbrücken - Gewaltfreie Kommunikation in Nepal**

Die GFK wird weltweit in Konflikt- und Krisenregionen mit dem Ziel der gegenseitigen Verständigung und Versöhnung eingesetzt. Am Beispiel von Nepal – ein Land geprägt von einem 10-jährigen Bürgerkrieg – erhielten die Zuhörenden Einblicke, welche Rolle die GFK in der Konfliktbearbeitung und Friedensförderung einnimmt. Die Erfahrungen von CS aus ihrer zweijährigen Arbeit im Programm des Zivilen Friedensdienstes inspirieren die Teilnehmenden: *„Sehr interessant für Trainer.“* *„Kulturelle Hürden können groß sein. Das war eine bereichernde Bestätigung, dass die GFK kulturübergreifend wirkt.“*



### **Ingrid Holler (IH): GrenzgängerInnen in Aktion- Live Konfliktgespräche mit der GFK**



Lebendig und anschaulich präsentierte IH mit Andi Schmidbauer ein typisches Beispiel häuslichen Alltags eines Paares, bei denen über das Einhalten von Vereinbarungen ein Konflikt entbrannte. Zuerst, wie es wahrscheinlich zum hundertsten Mal in solchen Beziehungen abläuft - und wie wir alle das schon viele Male selbst erlebt haben. Danach mit Hilfe der GFK. Ein Rollenspiel, das zeigte, was an Verständnis und

Zuwendung möglich ist, wenn man die GFK entsprechend im Alltag anwendet: Bedürfnisse werden gehört, Entspannung ist möglich, kreative Lösungen sind möglich.

So auch das 2. Beispiel, das aus dem Publikum kam und den Konflikt eines jungen Familienvaters mit seiner Mutter zeigte. Das Besondere: der junge Mann schlüpfte in die Rolle seiner Mutter und IH übernahm die Rolle des jungen Vaters. Was sich dabei nach und nach entwickelte, war für den jungen Mann so erleichternd und beflügelnd, dass er beschloss, es mit seiner Mutter noch einmal (anders) zu versuchen: es hatten sich ihm unter der Anwendung der GFK neue Horizonte eröffnet.

### **Petra Porath, Elisabeth Sachers, Marion Nebbe: Festgefahrene Positionen mit Mediation auf Basis der GFK in Fluss bringen**

Mit Ihrem Vortrag wollten die drei Mediatorinnen „Mut machen, die Mediation als sinnvolle Alternative zur gerichtlichen Auseinandersetzung zu wählen“.

Mit Übungen unter Einbeziehung des Publikums machten sie eindrücklich den Unterschied zwischen Bedürfnissen und Strategien deutlich, als Voraussetzung für Verständnis unter den Konfliktparteien und stellten den Ablauf und die charakteristischen Phasen einer (GFK-)Mediation vor. Mit einem Rollenspiel aus ihrer Praxis demonstrierten sie anschließend einen Ausschnitt aus einem Mediationsprozess. So zeigten sie anschaulich, wie sich mit Hilfe der wertschätzenden Kommunikation die anfängliche Kontaktverweigerung der KonfliktpartnerInnen zu einem lösungsorientierten Miteinander wandelt.



## **Linda Pfannhauser und Günter Herold: Selbstzweifel und Selbstkritik in Wachstum verwandeln**



Fortschritt bedeutet Wachstum. Wachstum geschieht durch Lernen. Mithilfe des im Workshop vorgestellten Ansatzes schafften die ReferentInnen Bewusstheit: sich bei sogenannten „Fehlern“ der guten Absichten klar zu werden und Mitgefühl zu entwickeln, anstatt altbekannten Mustern von Schuld und Scham zu folgen und in Lähmung und Selbstkritik zu verharren.

Präsenz und Humor der TrainerInnen wurden erlebbar beim Aufnehmen eines Beispiels aus dem Plenum. Die Teilnehmenden konnten einen Geschmack von Eigenverantwortung und empathischer Selbstversorgung mitnehmen: „Ich habe Selbstannahme erlebt und Entfaltung der eigenen Lebendigkeit, Offenheit und Begeisterung. Ich bin fasziniert.“

Die zweite Workshop-Auswahl an diesem Nachmittag:

## **Gabriele Lindemann (GL): Miteinander macht Mut – Wertschätzende Kommunikation in Unternehmen und Organisationen**

GL hatte vier ihrer KundInnen zu einer Podiumsdiskussion eingeladen: VertreterInnen verschiedener Organisationsformen berichteten von ihren Erfahrungen, wie und mit welchen Resultaten sie als Führungskräfte die GFK in ihre Arbeitswelt einbinden.



Atemlos lauschte man ihren authentischen Berichten von Herausforderungen, Maßnahmen und Ergebnissen. Grenzgängerisch hatten sie den Mut, eingefahrene Muster zu hinterfragen, Ungewohntes auszuprobieren und Bewährtes miteinander neu zu leben. Sie erzählten von ihrer inneren Haltung, gerade in kritischen Situationen, ihren Überzeugungen und ihren weiteren Plänen für die GFK-Zukunft in ihren Unternehmen bzw. Organisationen. So viel geballte Freude an zwischenmenschlicher Kommunikation demonstrierte die Effektivität der GFK insbesondere für führende Positionen im Management, egal welcher Branche: in internationalen Konzernen, im kleinen Unternehmen oder im Hochschulbereich. Das stimmte die ZuhörerInnen hoffnungsvoll:

*„Die Beiträge haben mir Mut gemacht.“*

*„Es gibt so viele Chancen.“*

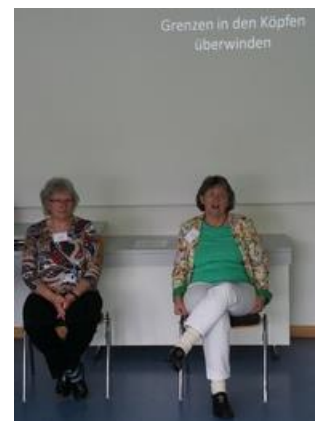
*„Ich bin berührt, weil mein Vertrauen in die Gesellschaft erfüllt ist.“*

## **Dr. Irmtraud Kauschat und Christiane Welk: Grenzen in den Köpfen überwinden – GFK-Erfahrungen in Deutschland, Kenia und Israel**

Die beiden Referentinnen gaben uns einen kurzen Abriss der Geschichte der GFK in Deutschland und wie sie hier Grenzen überwinden z.B. durch gemeinsame Treffen wie in München und Niederkaufungen.

Dann eine kurze Geschichte von D-A-CH: Grenzen überwinden, z.B. indem wir Entscheidungsverfahren nutzen, die im deutschen Vereinsrecht nicht vorgesehen sind, um Teilhabe und Teilnahme von Mitgliedern im GFK-Sinne zu fördern. Zum Schluss eine kurze Darstellung von GFK-Projekten, die D-A-CH international fördert: Grenzen überwinden durch GFK in Kenia und Israel.

*„Beeindruckt hat mich, die heilsame Wirkung von GFK bei gewalttätigen Konflikten kennen zu lernen und überraschende Impulse in Richtung Soziokratie.“*



## Frank Häne (FH): Grenzen über-schreiten und einhalten – Erfahrungen mit GFK in einer forensisch-psychiatrischen Klinik



Zunächst gab uns FH einen Bericht über den Einsatz der GFK auf der Aufnahme- und Motivationsstation einer Klinik für Forensische Psychiatrie und Psychotherapie. Dort werden Menschen mit Suchtdiagnosen und Straftaten nach § 64 StGB behandelt. Auf der Station besteht seit ca. 3 Jahren ein GFK-Angebot für Patienten. Parallel werden GFK-Fortbildungen für Mitarbeiter durchgeführt.

Auch berichtete FH von den dabei gemachten praktischen Erfahrungen: Das Überschreiten und das Einhalten von Grenzen sind zentrale Themen im Maßregelvollzug. Grenzen werden durch Gesetze, richterliche Entscheidungen und auch das psychiatrisch-psychotherapeutische Setting mit seinen Diagnosen und Regeln gesetzt. Über das Einhalten von Grenzen wird mit Belohnungen und Sanktionen gewacht.

Seine zentralen Fragen waren: Wie kann GFK in so einem System funktionieren? Was kann GFK in so einem System bewirken? Wie kann man hier GFK leben, wie weitergeben?

*„Ermutigend, bei diesem schwierigen Thema, als Mensch wahrgenommen zu werden.“*

## Melanie Lentes (ML): GFK in Schulen verbreiten und Grenzen weiten

Wieviel GFK geht im Schulalltag? Was kann sich im schulischen Miteinander verändern, wenn LehrerInnen, SchülerInnen, Eltern und alle anderen an der Schule tätigen Menschen mit der GFK in Berührung kommen?

ML dokumentierte in diesem Vortrag, wie sie als Lehrerin an verschiedenen Grundschulen die Gewaltfreie Kommunikation in Schulen lebt und zu teilen versucht. Sie lud zu einem Erfahrungsaustausch ein:

*„Es war bereichernd, zu hören, wie andere die GFK in Schulen anwenden, welche Möglichkeiten es gibt, wo für jeden Einzelnen die Chancen und Grenzen liegen.“*

*„Mir haben sich neue Sichtweisen eröffnet, es hat Mut gemacht, weiterzugehen und die GFK in Schulen zu verbreiten.“*



Im Plenum wieder zusammen gekommen wurden die Teilnehmer mit dem „**szenischen Auftritt einer Grenzgängerin**“ überrascht. Die Pantomimin Susanne Carl ehrte mit ihrem Spiel auf liebevolle Art in Kostüm und Maske die Anwesenheit von Isolde Teschner als Teilnehmerin der Fachtagung mit einem luftigen Exemplar des GFK-Maskottchens... welches Tier ist gemeint?

*„Ich habe etwas für mich Neues gesehen, Sprache ohne Worte, und war sehr berührt. Ich habe gesehen, in welcher Geschwindigkeit sich Grenzen ziehen lassen. Ich war genau unter dieser Grenzlinie, gleichsam die Grenze über mir und auch in mir. Ich habe gesehen, dass sich Grenzen nicht mit Druck, mit Gewalt überwinden lassen, sehr wohl jedoch mit Mitgefühl und Achtsamkeit. Und ich habe Dankbarkeit gesehen gegenüber Isolde Teschner.“*





„Mit dem Maskenspiel ist der Abschluss feierlich begangen worden, ohne noch weitere Worte zu benutzen. Es hat es mir ermöglicht, dem Thema noch einmal auf einer anderen als der intellektuellen Ebene zu begegnen.“

Zum **Abschluss** des Tages wurde deutlich: „es ist schon viel in Bewegung gekommen durch die GFK“ und „es gibt keine Alternative!“ ... war zu hören. Mit Hilfe der GFK ist es leichter...„oder erst möglich für seine Interessen und Bedürfnisse einzustehen“ und „Respekt und Wertschätzung von der anderen Seite zu bekommen und geben zu können“.



„Dass Vertreter anderer Organisationen eingeladen waren, ist für mich ein klares Signal für ein Miteinander und das gemeinsame Wachstum!“, waren die überzeugten Stimmen der Teilnehmenden zum Ausklang der Fachtagung.

Foto: Dank an das Orga-Team, Projektleitung Andrea Pöhner

Viele wollen in zwei Jahren wieder dabei sein und sind gespannt auf neue inspirierende Einblicke und Entwicklungen der GFK in unserer Gesellschaft, die der Fachverband Gewaltfreie Kommunikation in solch einer Tagung wieder aufbereiten wird. Wir freuen uns und sind dankbar für so viel Engagement und Hingabe!

Philip Grobst



## 2. Termine 2015

- **Informationsabend Köln**

Kurzvorstellung mit Austausch für alle Interessierten am Donnerstag, **17. September 2015** von 18:30 - 20:00 Uhr nach Voranmeldung.  
Ort: Alte Feuerwache, Raum Kleines Forum, Melchiorstr. 3, 50670 Köln (Nähe Ebertplatz).

Bitte melden Sie sich spätestens bis 15.09.2015 an unter [dagmar.bellen@ish.de](mailto:dagmar.bellen@ish.de)



- **Telefonkonferenz für Interessierte unseres Anerkennungsverfahrens**  
Bei unserer Telefonkonferenz können Sie Ihre Fragen zum Anerkennungsverfahren klären, andere Interessierte kennen lernen und sich austauschen.  
Nächster Termin: **30. September 2015**, 19:00 - 20:00 Uhr, lädt Irmgard Macke ein, Anmeldung an [irmgard.macke@fachverband-gfk.org](mailto:irmgard.macke@fachverband-gfk.org)  
Mitglieder finden die Einwahlnummer zur Telefonkonferenz im Mitgliederbereich unter dem Punkt „Lernpool“.
- **Treffen für GFK-TrainerInnen und MultiplikatorInnen Niederkaufungen**  
Die Kommune Niederkaufungen veranstaltet vom **07. - 11. Oktober 2015** ihr jährliches Treffen für GFK-TrainerInnen und MultiplikatorInnen.  
Der Fachverband Gewaltfreie Kommunikation wird dort durch Vorstand und Mitglieder vertreten sein. Weitere Informationen finden Sie unter <http://www.gewaltfrei-niederkaufungen.de/?trainertreffen>.
- **Informationsabend München**  
Kurzvorstellung mit Austausch für alle Interessierten am Montag, **16. November 2015** von 18:00 - 19:00 Uhr, nach Voranmeldung.  
Ort: Salesianum, St.-Wolfgang-Platz 11, 81669 München. Bitte melden Sie sich spätestens bis 14.11.2015 an unter [andi.schmidbauer@fachverband-gfk.org](mailto:andi.schmidbauer@fachverband-gfk.org)

### 3. Ausblick 2016 – 2017

- **Netzwerktreffen München**  
Das Netzwerk Gewaltfreie Kommunikation München e. V. veranstaltet vom **12. - 14. Februar 2016** sein alljährliches Netzwerktreffen. Der Fachverband Gewaltfreie Kommunikation wird dort durch Vorstand und Mitglieder vertreten sein. Weitere Informationen finden Sie unter <https://gewaltfrei-muenchen.de/angebote/veranstaltungen/jaehrliches-netzwerktreffen>.
- **GFK-AusbilderInnen-Konferenz in Frankfurt**  
Wir laden ein: am **17. März 2016** nach Frankfurt – zum Austausch unserer Erfahrungen von bis zu 15 Jahren rund um Inhalte und Kriterien in der Vermittlung von GFK-Ausbildungsprogrammen, um mögliche Kriterien für eine Train-the-Trainer-Qualifizierung gemeinsam zu entwickeln. Damit möchten wir auf unsere wechselseitigen Erfahrungen in der Begleitung von Anerkennungs- und Zertifizierungsprozessen aufbauen.  
Willkommen sind anerkannte/ zertifizierte deutschsprachige TrainerInnen, die GFK-Ausbildungsprogramme von zusammenhängend wenigstens 10 Trainingstagen seit mindestens drei Jahren kontinuierlich durchführen. Nähere Informationen zur Anmeldung senden wir Euch nach Vormerkung unter [kontakt@fachverband-gfk.org](mailto:kontakt@fachverband-gfk.org)
- **DACH-Kongress „30 Jahre GFK in Deutschland und was daraus geworden ist“**  
Von **01. - 03. April 2016** veranstaltet unserer Kooperationspartner DACH e.V. seine Tagung. Weitere Information und die Anmeldung werden demnächst zu finden sein unter [www.gewaltfrei-dach.eu](http://www.gewaltfrei-dach.eu)
- **3. Fachtagung des Fachverbandes Gewaltfreie Kommunikation** in Stuttgart  
Am **24. Juni 2017** veranstaltet der Fachverband Gewaltfreie Kommunikation e. V. in Stuttgart seine dritte Fachtagung. Weitere Informationen folgen.

#### Impressum

Verantwortlich im Sinne des Presserechts und des Teledienstgesetzes und inhaltlich Verantwortlich gemäß § 10

Absatz 2 MDStV:

Gabriele Lindemann, Fachverband Gewaltfreie Kommunikation e.V., Geschäftsstelle  
Huflattichweg 11, 70599 Stuttgart, Tel. +49 711 34219575,  
E-Mail: [kontakt@fachverband-gfk.org](mailto:kontakt@fachverband-gfk.org), [www.fachverband-gfk.org](http://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.**