

Unsere Mitarbeiter schulten sich in „gewaltfreier Kommunikation“ Respektvoll mit sich und den Anderen umgehen und was das mit der Giraffe zu tun hat

Auf Initiative unseres Bereichsleiters Dr. Bernhard Danzer fand in unserem Haus im November 2012 eine Mitarbeiterfortbildung zur Gewaltfreien Kommunikation (GFK) statt. Die Schulung wurde vom GFK Trainer Christian Hinrichsen aus Andechs (Ammersee) gestaltet. Aufgrund des Interesses von 27 Mitarbeitern wurden zwei Kurse möglich, die jeweils zwei Seminartage dauerten. Die Teilnehmer lernten mit der gewaltfreien Kommunikation eine neue Form des Wahrnehmens und Sprechens kennen. Dadurch wird es möglich, im beruflichen wie im privaten Alltag herauszufinden, was mir und dem anderen wichtig ist.

Die Methode der gewaltfreien Kommunikation wurde vom amerikanischen Psychologen Marshall B. Rosenberg entwickelt. Für ihn ist die Giraffe ein besonderes markantes Erkennungszeichen der gewaltfreien Kommunikation, weil sie das größte Herz aller Landtiere hat. Dem Herz werden in allen Kulturen die Fähigkeiten des „Sich in Andere hineinfühlers“, des Mitgefühls, der Empathie zugeschrieben. Der symbolische Gegenspieler der Giraffe ist für Rosenberg der Wolf, der etwa im Märchen von Rotkäppchen eher die rohe Gewalt verkörpert.



Im Seminar übten die Teilnehmer den Blickwechsel vom Wolf hin zur Giraffe. Der Wolf steht für die Annahme, „mit mir oder dem anderen ist etwas nicht in Ordnung“. Die Giraffe steht hingegen für die Frageperspektive, „was brauche ich und was braucht der Andere“ - für Empathie und Wertschätzung. Wie dieses „neue Denken“ und in Verbindung damit ein „achtsamer“ Zugang zu Gefühl en und dahinter liegenden Bedürfnissen praktisch umgesetzt werden kann, trainierten die Seminarteilnehmer unterstützt vom Trainer Christian Hinrichsen.

Der „humanistische“ Ansatz der gewaltfreien Kommunikation hat inzwischen bundesweit, als Fundament eines wertschätzenden „Miteinander“ in privaten und beruflichen Kontexten, viele engagierte Anhänger gefunden. Das Feedback unserer Mitarbeiter war dahingehend positiv, dass sich viele weitere Vertiefungs- und Übungsseminare wünschten.

Daniel Sperl

zu den Bildern: Um anschaulich zu üben, standen den Teilnehmern auch Giraffen- und Wolfsöhren aus Stoff zur Verfügung, eine Giraffe aus Holz stand Pate...