

Dem anderen mit Respekt begegnen

Gymnasium in der Taus: Seminar
zu gewaltfreier Kommunikation

BACKNANG (pm). Ein Seminar, das von Müttern, Vätern, Schülerinnen, Lehrkräften und Schulleiter besucht wird, kann das taugen? Ja, es taugte, das Seminar über „Gewaltfreie Kommunikation“ nach Marshall Rosenberg, das kürzlich am Gymnasium in der Taus dank des Fördervereins, dank des Engagements von Meike und Bertram Ribbeck und dank der Bürgerstiftung Backnang stattfinden konnte. „Gewaltfreie Kommunikation“ (GFK), was ist das denn? Der Seminarleiter, David Ginati aus Bremen, Wirtschaftspsychologe, der viele Erfahrungswerte im Bereich der internationalen Konfliktlösung und Mediation mitbrachte, so beispielsweise im Bereich der Friedensarbeit im Nahen Osten, machte deutlich, wie wichtig gelungene Kommunikation sei, natürlich auch in der Schule. Die GFK biete Methoden, um die Fähigkeit zu entwickeln, „empathisch dem anderen zuzuhören, direkt zu kommunizieren, die eigenen Gefühle zu benennen, auch die eigene Wut, dem anderen keine Vorwürfe zu machen, sondern ihm stattdessen wertschätzend und mit Respekt zu begegnen. Die Methode der GFK entwickelte einst der US-amerikanische Psychologe Marshall Rosenberg. Von jüdischer Herkunft hatte er als junger Mensch selbst massive Diskriminierung erlebt, aber auch massiv Gewalt angewendet. Durch das Studium der Psychologie und durch seine berufliche Tätigkeit im therapeutischen Bereich entwickelte er das Kommunikationsmodell der GFK. Rosenberg arbeitete mit Handpuppen, einem Wolf und einer Giraffe. Die „Wolfssprache“ hat dabei etwas Destruktives, Abwertendes und neigt dazu, Schuld zuzuweisen. Die „Giraffensprache“ ist die der Wertschätzung, der Empathie und die des genauen Zuhörens. Rosenberg wählte die Giraffe, da sie den größten Überblick hat und das größte Herz der Landsäugetiere. Aber wie kann diese Giraffensprache nun konkret praktiziert werden? Ginati machte deutlich, wie wichtig es sei, Person und Verhalten bei Konflikten voneinander zu trennen. In der Aggression und der Wut eines Menschen zeige sich ein unerfüllter Wunsch des Menschen, der meine, auf diese Weise die eigenen Bedürfnisse erfüllt zu bekommen. Je größer die Gewalt, desto größer sei die Not dieses Menschen, meinte Ginati. Man solle sich bewusst sein, dass der andere Mensch der Auslöser, aber nicht die Ursache der eigenen Gefühle sei.