

## **Positives Echo auf Fortbildung Gewaltfreie Kommunikation im KREML-Kulturhaus**

„Also, die Fortbildung ist toll - wie unsere JuZ-Besucher sagen würden: „Echt Bombe!“, aber das ist mir nicht gewaltfrei genug!“. So bringt Tanja Ehring ihre Einschätzung der mehrteiligen Fortbildung in Gewaltfreier Kommunikation auf den Punkt. Sie ergänzt: „Ich ziehe gerade für die Arbeit mit Kindern und Jugendlichen großen Nutzen daraus und bin immer wieder positiv überrascht, was alles geht, wenn es anders geht. Es ist erstmal ungewohnt, aber so langsam wandelt es sich zu einer persönlichen Einstellung und ist nicht nur eine Methode.“

Tanja Ehring aus dem Jugendzentrum Bad Ems ist eine von elf Teilnehmerinnen an der Fortbildung „Gewaltfreie Kommunikation nach Marshall Rosenberg“ im KREML-Kulturhaus, deren letzter Teil jetzt im März stattfindet. Trainerin der Fortbildung ist Edith Sauerbier, die als zertifizierte Trainerin für Gewaltfreie Kommunikation und Mediatorin selbstständig ist. Thomas Scheffler, Geschäftsführer im KREML-Kulturhaus, freut sich über die langjährige erfolgreiche Zusammenarbeit mit ihr und war gerne auf ihr Angebot eingegangen, erstmalig eine mehrteilige Fortbildung im Kulturhaus anzubieten. So startete der erste Kurs im Oktober letzten Jahres. Der Erfolg und die positive Rückmeldung der Teilnehmenden bestätigen seine Planung.

„Die Gewaltfreie Kommunikation (GfK) zeigt mir noch einmal deutlich, dass sich hinter allen bewertenden Aussagen Gefühle und Bedürfnisse heraushören lassen - und dass, wenn ich diese höre, eine verbindende Kommunikation entstehen kann. Dazu ist wichtig, dass ich auch meine eigenen Bedürfnisse sehe.“ Diese Erkenntnis nimmt Marita H. aus der Fortbildung mit. Dorthe S. bekräftigt ihre Aussage und ergänzt: „Ich habe neue Strategien und Möglichkeiten kennen gelernt für den Umgang mit schwierigen Menschen und erlebe GfK immer wieder als eine hilfreiche Methode, um besonders in der Familie das zu leben, was mir am Herzen liegt: Liebe, Nähe und Verbundenheit.“ Für Angelika M. ist der bisher größte Gewinn: Selbst-Empathie, ein liebevolleres Verhältnis zu sich selbst und damit eine größere Zufriedenheit, wie sie betont. Meike K. bringt noch einen weiteren Aspekt zur Sprache: „Was ich auch wunderbar finde, ist, dass ich lerne, auf eine andere Art zuzuhören. Ich bin da jetzt oft viel präsenter und viel mehr wirklich bei der anderen Person. Ich glaube, alleine durch Zuhören kann man viel heilen und verändern.“

Für Edith Sauerbier ist die GfK die unverzichtbare Basis ihrer vielfältigen Tätigkeit geworden und sie empfindet es als großes Glück, in ihren Trainings immer wieder Menschen zu begeistern für eine andere Art der Kom-

munikation, die zu mehr Verständigung und damit zu friedvollem Miteinander führt.

Die Teilnehmerinnen kommen zum Teil aus der Region, aber auch aus Mainz, Koblenz und dem Hunsrück. Zwei Frauen reisten sogar zu den vier Ausbildungsblöcken aus Hamburg an. Die Fortbildung ist als Bildungsfreistellung anerkannt und der in Rheinland-Pfalz aktuelle Qualischeck für ArbeitnehmerInnen über 45 Jahre wird akzeptiert. Darüber ist eine bis zu 50 prozentige Erstattung der Kursgebühren möglich.

Eine nächste Fortbildung ist ab 15. April 2010 geplant. Termine: Do. - So., 15. - 18. April, Fr. - So. 25. - 27. Juni, Fr. - So., 20. - 22. August und Do. - So., 21. - 24. Oktober 2010

Nähere Informationen dazu [www.kulturhaus-kreml.de](http://www.kulturhaus-kreml.de) und direkt bei Edith Sauerbier [www.mediation-und-kommunikation.de](http://www.mediation-und-kommunikation.de) oder 06439 - 929 533 Jugendzentrum Bad Ems, Am alten Rathaus, 56130 Bad Ems, Tel. 02603 - 500120, AnsprechpartnerIn: Tanja Ehring und Norbert Dötsch, eMail: [kontakt@jugendzentrum-bad-ems.de](mailto:kontakt@jugendzentrum-bad-ems.de), [www.jugendzentrum-bad-ems.de](http://www.jugendzentrum-bad-ems.de)