

Eine ganz spontane Rezension zu „Die neue Gewaltfreie Kommunikation“

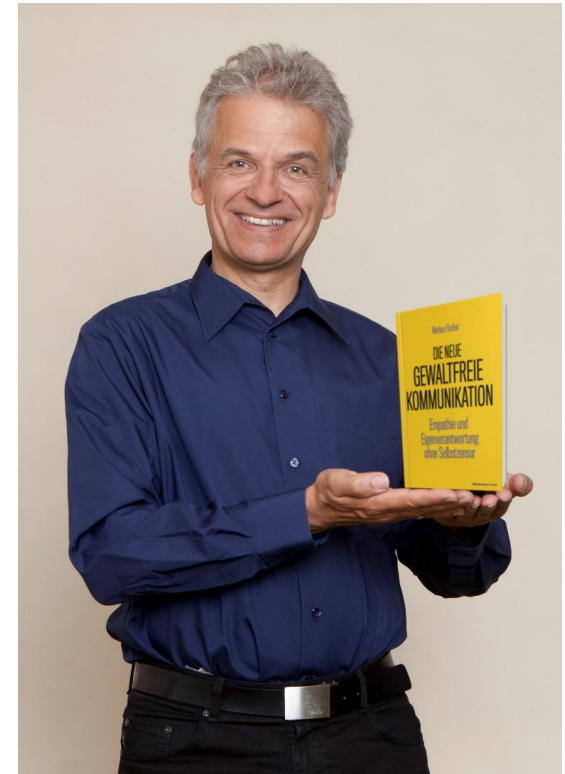
Von Joachim Beyer-Wagenbach

Sonntag Morgen (02.02.2020), es regnet und ist ungemütlich. Ich liege, gut versorgt mit einer Tasse Tee und einer Tasse Kaffee, im Bett und fange an, das Buch von Markus Fischer zu lesen. Dieses hatten wir, meine Frau und ich, am Tag vorher in Stuttgart beim 8. GFK-Tag erworben, von dem wir ziemlich ernüchtert und auch frustriert am Abend zusammen mit 3 weiteren GFK-Interessierten, zurückgekommen waren. Warum ernüchtert und frustriert? Das ist jetzt nicht so schnell und einfach „erklärt“ bzw. beschrieben oder emotional auszudrücken (bei echtem Interesse gerne direkt nachfragen) – allerdings fand ich erste Antworten, Ideen, Verständnis, Erklärungen und Übereinstimmungen schon alleine beim Lesen des Inhalts-Verzeichnisses!!

Doch zurück an den Anfang: Ich habe an diesem besagten Sonntag begonnen, das Buch zu lesen..... – erste Gedanken und Gefühle, die mir beim Lesen für mich passender und überzeugender Bücher sofort auftauchen:

- DAS wird ein gutes Geschenk für....
- WOW, den will ich kennen lernen, in direkten Austausch mit ihm gehen und dann auch zu Gesprächsrunden/ Vorträgen einladen!
- JA, da fühle ich mich sofort verstanden und bin froh, einen „Gedanken-Gesinnungs-Verwandten“ gefunden zu haben.

Wie kommt es dazu, dass ich mich schon nach so kurzer Zeit (ich bin aktuell gerade mal auf Seite 29 von 205) sofort an diese Notizen mache?



Joachim Beyer-Wagenbach
Wegbegleiter zur inneren Stimmigkeit
und Coach für ganzheitliche
StimmWirkung

www.die-Macht-der-Stimme.de
www.denkraum-fuehrung.de

BusinessVillage

1. Ganz tief drinnen spüre ich, dass Markus Fischer das schreibt, was ich schon über längere Zeit immer wieder mal als Unwohlsein, Irritation, Unstimmigkeit in GFK-Gruppen-Kontexten erlebe
2. Die Themen, ihre Sprache, die Struktur und Aufbereitung des Inhalts, die Betrachtungsweise und vieles mehr spricht mich sehr an und ent-spricht mir sehr und landet direkt (und dann auch noch gleichzeitig) in KOPF/Verstand und HERZ /Emotion!
3. Ich erahne eine ganz tiefe und große Wahrheit und Weisheit, die jenseits von „richtig und falsch“ liegt und damit auch einen unglaublichen Begegnungs-Entwicklungs-Raum eröffnen kann, wenn sich Menschen darauf einlassen, über ihren eigenen Tellerrand und Denk-Horizont hinaus denken zu wollen.
4. Markus Fischer teilt in großer Offenheit bereits in seiner Einleitung ganz viel davon, was ich selbst genauso erlebt habe und gestern beim GFK-Tag in großer Menge wieder erlebt habe.
5. Ich spüre, dass hinter den Worten, den Ideen, den Beschreibungen und auch hinter den kritischen Gedanken (z.B. zu Fallstricken, fehlgeleiteten Wegen und Umgangsformen) eine große Liebe, Sehnsucht und der Wunsch steckt, dass Menschen mit sich und (dann) mit anderen in eine passende, stimmige Verbindung kommen, um dann ihren ganz eigenen und tatsächlich echt-authentischen Beitrag leisten zu können.



Markus Fischer
Die neue Gewaltfreie Kommunikation
Empathie und Eigenverantwortung ohne
Selbstzensur

1. Auflage BusinessVillage 2019
232 Seiten

ISBN 978-3-86980-468-2

24,95 Euro

www.businessvillage.de/bl/1076

Jetzt bin ich dann also ganz durch mit dem Buch (22.02.2020) und ich bin nach wie vor begeistert und angetan davon, habe bereits einigen Menschen davon erzählt und auch die Rückmeldung erhalten, dass die sich das Buch sofort gekauft haben.

Was sind konkrete Inhalte, die zu dieser Begeisterung führt?

Es ist einerseits der (ergänzende) Gedanke des Entwicklungsmodells, das M. Fischer in Beziehung zur GFK bringt und daraus sehr logisch-schlüssig ganz unterschiedliche Entwicklungs-Stufen einer bestimmten „Lebensform“ von GFK ableitet. Die einzelnen

BusinessVillage

Entwicklungs-Stufen sind absolut nachvollziehbar und finden sich in den meisten „klassischen“ Modellen der Entwicklungs-Physiologie. Außerdem lassen sich dabei die einzelnen Stufen bzw. Ebenen des Modells sehr gut am eigenen Leben nachvollziehen. Diese Stufen sind an den menschlichen Lebens- und Entwicklungs-Zeiten (Geburt, Kindheit, Pubertät, Erwachsener) angelehnt:

Zu Beginn des Lebens die egozentrische (alles auf mich und meine basalen Bedürfnisse ausgerichtet, der Nabel, das Zentrum der Welt), dann in der Kindheit die konformistische Phase (ich entdecke zunehmend die Welt und die anderen Wesen), in der es um Anpassung geht. Anschließend geht es mit der Rationalität (alles besser verstehen und erklären wollen – im Extremfall weiß ich dann halt alles besser) weiter. Diese Phase liegt ebenfalls in der Kindheit und beginnenden Pubertät, die dann in den Pluralismus (Weite, Offenheit, Vielfalt, Verständnis - alles ist okay) übergeht. Als vorerst letzte Stufe/Phase folgt die Integrale (es geht um Integration, auch widersprüchlicher und gegensätzlicher Gedanken und Meinungen). In dieser Phase gelingt es zunehmend (wenn ich mich tatsächlich darauf einlasse und öffne), einerseits bei sich zu bleiben, Bedürfnisse zu spüren und für eine „sozial-verträgliche“ Erfüllung und Umsetzung zu sorgen. Andererseits ist es für Menschen möglich, die diese Entwicklungs-Stufe erreicht haben, einen Großteil der Unterschiedlichkeiten, des Kontextes und sonstiger Einfluss-Faktoren bewusster wahrzunehmen bzw. offen dafür zu sein, dass sie eben gar nicht in der Lage sind, wirklich ALLES wahrzunehmen. Und dann mit anderen, sehr unterschiedlich denkenden und handelnden Menschen in Kontakt und Beziehung tritt, um miteinander WEGE zu finden, die stimmig sind!

Diese Entwicklungs-Stufen sind wichtige und nicht zu überspringende Prozess-Schritte – die einzelnen Stufen sind erforderlich, um darin Dinge zu lernen, die ich brauche, um mich dann aber auch weiter zu entwickeln. Und für jedes „Entwicklungs-Alter“ gelten eben ganz logisch auch bestimmte Muster, Verhaltensweisen, Werte, Überzeugungen und auch (Denk-)Strukturen sowie eine bestimmte Logik und Sichtweise vom Leben, der Welt, den anderen Menschen, der Gesellschaft, der Natur usw..

Und dabei braucht es immer wieder auch Unterscheidungen und (oha) Bewertungen!! Das war in der Tat eine fundamentale Erkenntnis speziell im Blick auf meinen „Eingangs-Statement-Frust“. In den bisherigen GFK-Kreisen war ich es sehr gewohnt, dass Bewertungen gar nicht gehen. Um es „mit Augenzwinkern“ auf die Spitze zu treiben: Ich bewerte Bewertungen negativ 😊

Weitere AHA-Erlebnisse hatte ich dann, als deutlich wurde, dass es auf jeder Entwicklungs-Stufe auch eine bestimmte, dazu gut und stimmig passende „Sprachform“ und Ausdrucksweise gibt, die eben der tatsächlichen ENTWICKLUNG des Menschen entspricht, der sich gerade auf dieser Stufe „aufhält“. Und diese „Entwicklungs-Stufen-Sprache“ findet sich eben 1 zu 1 auch in der GFK-Welt wieder! Soweit so gut und alles „im grünen Bereich“, es sei denn, bestimmte Stufen oder Elemente der jeweiligen Stufe werden in einer Art „Absolutheits-Anspruch“ fixiert / zementiert und es wird „festgelegt“, was „richtig und gut oder aber

BusinessVillage

falsch und schlecht“ ist.

Und dann kann nämlich genau das passieren, was ich vielfach in der GFK-Community erlebt habe (mein „Favorit“ dabei ist übrigens der Satz in einer GFK-Übungsrunde: „Das war aber jetzt nicht GFK-mäßig!“).

Hier wird dann „Methode vor Miteinander“, „Form vor Inhalt“ und „Schein vor Sein“ gesetzt und Markus Fischer leitet wunderbar her, dass dies nie Marshall Rosenberg´s Ansinnen war!! Und er bleibt gleichzeitig sehr offen dafür, dass auch noch weitere, andere Entwicklungen folgen könnten. Hut ab! Danke Markus Fischer!

FAZIT

Ein absoluter Gewinn nicht nur für GFK-Interessierte! Eine längst überfällige Ergänzung und logisch-folgerichtige Erweiterung, gerade auch für die GFK-Welt (wer Ohren und v.a. Herzen hat zu hören, der höre und nehme wahr!). Hier bin ich übrigens sehr gespannt auf Reaktionen und Diskussionen. Meine Vermutung: je größer die (versteckte) Angst vor den Auswirkungen und (möglichen) Veränderungen oder Verlusten (überlange Jahre aufgebautes Training und sprachliche Gewohnheiten) aufgrund dieser Gedanken und Ideen, desto stärker der (offene oder versteckte) Widerstand.

Ein Buch ganz im Sinne Marshall Rosenbergs und vor allem all derer, die sich nach echter Verbindung, Verständnis, Akzeptanz und auch Frieden (mit sich und anderen) sehnen.