

Der **CNVC-Zertifizierungsprozess (CPP)**

Inhaltsverzeichnis

I Allgemeine Informationen

I.	Eine Einführung in den Zertifizierungsprozess	1
	Die Absicht/das Ziel der <i>CNVC</i> Trainerzertifizierung	1
II.	Richtlinien für die Verbreitung der <i>GFK</i> : für nicht-zertifizierte TrainerInnen	5
III.	Beschreibung der Vorgehensweise	8
	Informationen über Gebühren	14
	Anhang, separat	
IV.	2011 Vereinbarung der zertifizierten TrainerInnen mit dem <i>CNVC</i>	17
	C. Aufrechterhaltung des Zertifizierungsstatus	17

II Vorbereitung

V.	Das ABC zur Zertifizierungsbereitschaft	19
	<i>GFK</i> leben	20
	<i>GFK</i> vermitteln	22
VI.	Dinge, die ich tun könnte	23
VII.	Empfohlene Lernquellen, <i>GFK</i> Materialien	25
	andere Bücher	25
VIII.	Vorschlag für die Präsentation einer Einführung in <i>GFK</i>	26

III Vorlagen

IX.	Trainings Logbuch	27
X.	Allgemeines Feedbackformular	35
XI.	Feedbackformular für Teilnehmende, separater Anhang	36

Assessment

XII	Beschreibung des Ablauf eines Assessments	28
	Teil 1: Aktivitäten für das Assessment	28
	Teil 2: Situationen für ein Rollenspiel	29
	Situationen, die für TrainerInnen der <i>GFK</i> vorkommen können	31
	Situationen, die den gesellschaftlichen Wandel betreffen	33

Übersetzt von Doris Schwab mit Einbeziehung von bereits vorhandenen übersetzten Teilen.
Daher ist die Anrede du/Sie nicht durchgängig. Rückmeldungen bitte an
mail@Doris-Schwab.de.
Stand 2011

I Allgemeine Informationen

I. Eine Einführung in den Zertifizierungsprozess

Wir freuen uns über Ihr Interesse am Prozess, wie man zertifizierte/r TrainerIn des *CNVC* wird und vertrauen darauf, dass die folgenden Informationen zur Klarheit und Verbindung mit dem *CNVC* - Zertifizierungsprogramm führen.

Die Absicht der *CNVC* Trainerzertifizierung

Das Center for Nonviolent Communication hat die Vision, dass eine sogenannte kritische Masse von Menschen erreicht wird, die auf der ganzen Welt die *Gewaltfreie Kommunikation* lebt. Eine starke Gemeinschaft von qualifizierten TrainerInnen wird eine wichtige Rolle spielen, dieses Ziel zu verwirklichen.

Wenn Sie in Erwägung ziehen, sich auf den Weg zur Zertifizierung zu machen, möchten wir, dass Sie anerkennen, dass die AssessorInnen die klare Absicht haben, ihre Rollen in einer Haltung des gegenseitigen Respekts und geteilter Macht auszuüben.

Wir teilen die Herausforderung mit Ihnen, uns auf einen Assessmentprozess einzulassen, der auf einer neuen partnerschaftlichen und „Macht-mit“ Grundlage basiert, anstatt einem Dominanz- und „Macht-über“-Denken. Wir haben alle die Wahl, den Zertifizierungsprozess aus einer Perspektive der Dominanz oder einer Perspektive der Partnerschaft zu sehen.

Viele KandidatInnen, die sich dieser Wahl bewusst werden und ihre Bedeutung erfassen, haben in diesem Prozess transformierende Lernerfahrungen gemacht. Als AssessorInnen sind wir ständig dabei, zu lernen, wie wir besser zu einem gegenseitigen Prozess beitragen können, der die Bedürfnisse aller wertschätzt.

Wir möchten betonen, dass das Center for Nonviolent Communication eine besondere Sichtweise hat, wie es Zertifizierung anbietet, die möglicherweise anders ist, als die Vorannahme einiger KandidatInnen. Für das *CNVC* bedeutet die Zertifizierung eine Bestätigung und Feier, dass ein neuer Kollege oder eine neue Kollegin sich unserer Gemeinschaft anschließt. **Sie ist kein dauerhaft gültiges Zeugnis wie ein Diplom, sondern muss jedes Jahr erneuert werden, um gültig zu bleiben.** Das heißt: es ist eine jährliche Erneuerung Ihrer Verbindung mit der Organisation

Das *CNVC* hat zwei langfristige Ziele für den Zertifizierungsprozess. Zum einen möchte es eine Trainergemeinschaft erschaffen, die mit dem *CNVC* gemeinsam an der Erfüllung unserer Vision arbeitet. Zum andern möchte es sicherstellen, dass der nächsten Generation sowie den darauffolgenden Generationen die *GFK* in einer Weise vermittelt wird, die die Reinheit dieses Weges bewahrt und schützt.

CNVC-ZertifizierungskandidatInnen haben sich folgende Ziele gesetzt:

Verbindung mit dem *CNVC*, Beitragen zur Erfüllung unserer Vision, Glaubwürdigkeit, gegenseitige Unterstützung und persönliche Entwicklung.

Übersicht

Ob Sie nun beschließen, die *CNVC*-Zertifizierung anzustreben oder nicht — wir hoffen, dass die Begeisterung anhält, mit der Sie zur Anwendung und Verbreitung der *GFK* beitragen. Zu Ihrer Unterrichtung halten wir die "Richtlinien zur Weitergabe der Gewaltfreien Kommunikation durch nichtzertifizierte Trainer/-innen" bereit. Wir bitten darum, dass Sie sich an diese Richtlinien halten oder sich zur weiteren Besprechung unter certification@CNVC.org an den zuständigen Mitarbeiter für Zertifizierungsfragen im Büro wenden.

Um eine dauerhafte und nachhaltige Gemeinschaft für *Gewaltfreie Kommunikation* zu schaffen, suchen wir Menschen, die folgendes haben:

- Ein klares Bewusstsein der Gewaltfreien Kommunikation, das ihr tägliches Verhalten bestimmt
- Ein tiefes Verständnis des Prozesses der Gewaltfreien Kommunikation
- Lehrkompetenz sowie die Bereitschaft, sich in allen genannten Bereichen weiterzuentwickeln

- Die Bereitschaft, das eigene Verhältnis zu den folgenden Themen zu erforschen (wie in der Vereinbarung zwischen *CNVC* und Trainerinnen/Trainern aufgeführt)

-- die spirituelle Natur der Gewaltfreien Kommunikation -- eine konkrete Vision der gewaltfreien Veränderung der Gesellschaft -- die Mitgliedschaft in einer *GFK*-Gemeinschaft

Aus diesem Grund bitten wir Anwärter/-innen, die *Gewaltfreie Kommunikation* mindestens ein Jahr lang als Trainer/-in ohne Zertifizierung zu lehren, Übungsgruppen zu leiten, während der Dauer der Ausbildung mit mindestens drei zertifizierten Trainern oder Trainerinnen zu arbeiten und sich anleiten zu lassen sowie Aufzeichnungen der Trainings zu führen und ein persönliches Tagebuch zu schreiben, um die Lernschritte und den Fortschritt zu dokumentieren. Dadurch wird ersichtlich werden, wie sehr Sie Ihr Wissen in den oben genannten Bereichen über einen bestimmten Zeitraum vertiefen, normalerweise sind das drei bis fünf Jahre. (Details bitten wir dem *CPP — Certification Preparation Packet* auf der Website zu entnehmen.)

Der Weg zur Zertifizierung hat drei Phasen:

- die Registrierung
- das *Pre-Assessment*
- das Assessment

Alle, die diesen Weg beschreiten möchten, sind gebeten, mit der Registrierung zu beginnen und die drei Phasen der Reihe nach zu absolvieren und abzuschließen.

Anmeldung zur Registrierung als *CNVC*-ZertifizierungskandidatIn

Wir möchten, dass Interessierte sich über ihre Absicht im Klaren sind, bevor sie sich auf diese Reise zur Zertifizierung begeben. Bitte laden Sie dazu als erstes die Unterlagen zur Zertifizierungsvorbereitung (*CPP — Certification Preparation Packet*) von unserer Website herunter und lesen Sie sie. Danach können Sie sich an eine Assessorin oder einen Assessor Ihrer Wahl wenden

und ausloten, ob Sie beide übereinkommen, miteinander zu arbeiten. Erst danach senden Sie das unter Punkt 1 bis 5 Beschriebene an die Assessorin oder den Assessor, um sich als Anwärter/-in für die Registrierung anzumelden.

Bitte beginnen Sie auf der ersten Seite mit folgenden Angaben zu Ihrer Person:

Name, Anschrift Telefonnummer(n), E-Mail-Adresse(n), Skype-Kennung, weitere Kontaktinformationen Geburtstag, Geburtsort, Geschlecht Muttersprache, Fremdsprachen, Datum

1. Eine Liste der *GFK*-Trainings, die Sie besucht haben, mit Angabe des Datums, Ortes, Seminartitels, der Anzahl der Tage (ein Tag sind 6–8 Std.) und den Namen der *CNVC*-zertifizierten Trainer/-innen, die die Schulung durchgeführt haben. Bitte geben Sie mindestens 10 Trainingstage mit zertifizierten Trainerinnen oder Trainern an, bevor Sie um die Eintragung als Traineranwärter/-in nachsuchen.

2. Eine Absichtserklärung (ca. 1–2 Seiten) dazu, weshalb Sie zertifizierte Trainerin bzw. zertifizierter Trainer werden möchten. Diese sollte folgende vier Punkte enthalten:

1

(1) Ideen, die Sie bereits dazu haben, worauf Sie sich bei Ihrer Arbeit für gesellschaftliche Veränderung konzentrieren möchten

(2) Ihr spirituelles Denken, soweit es die *Gewaltfreie Kommunikation* betrifft

(3) Die *GFK*-Gemeinschaft, der Sie angehören oder die zu erschaffen Sie beabsichtigen (4) Fügen Sie außerdem bitte eine Antwort auf die Frage bei: Worin besteht für Sie der Unterschied, ob Sie die *Gewaltfreie Kommunikation* mit oder ohne Zertifizierung lehren?

3. Die Empfehlung mindestens einer Trainerin oder eines Trainers mit *CNVC*-Zertifizierung, die mit Ihrer Mitwirkung in der Gewaltfreien Kommunikation vertraut sind (schriftlich oder per Telefon an die Assessorin bzw. den Assessor). Sie kann Beispiele von Ihrer Bereitschaft oder Fähigkeit enthalten -- neue Ideen und Konzepte offen zu erforschen -- sich aktiv an Diskussionen und Übungen/Aufgaben zu beteiligen -- Einfühlung zu empfangen und dies auszudrücken -- erste Schritte darin zu machen, Einfühlung zu geben und dies zu demonstrieren -- in Situationen präsent zu bleiben -- ein neues Bewusstsein und das Erlernen neuer Fertigkeiten zu feiern

4. Eine Erklärung, dass Sie

(a) die Richtlinien für nichtzertifizierte Trainer/-innen gelesen haben und Sie akzeptieren.

(b) die Unterlagen zur Zertifizierungsvorbereitung (*CPP – Certification Preparation Packet*) heruntergeladen, ausgedruckt und vollständig und sorgfältig gelesen haben, damit Sie eine Anleitung auf dem Weg zu Ihrer Zertifizierung haben. Schreiben Sie auf, welche Fragen Sie an Ihre Assessorin bzw. Ihren Assessor haben und besprechen Sie diese.

(c) die Vereinbarung zwischen *CNVC* und zertifizierten Trainerinnen/Trainern gelesen haben und sich bewusst sind, dass es gilt, der jeweils aktuellen Form dieser Vereinbarung zuzustimmen, wenn Sie das *Pre-Assessment* absolvieren. Wenn Sie irgendwelche Fragen haben, so besprechen Sie diese bitte jetzt.

5. Bitte überweisen Sie die Anmeldegebühr an Ihre Assessorin bzw. Ihren Assessor und nicht an das *CNVC*. Die Anmeldegebühr kann nicht erstattet

werden. Als Richtwert für die Höhe der Anmeldegebühr gelten -- 75 bis 125 US-Dollar (zur Zeit 60 bis 100 Euro). (Je nach Zeiteinsatz und Umfang der Unterstützung, die die Assessorin bzw. der Assessor gewährt und wenn beide Seiten damit einverstanden sind, kann die Gebühr auch darüber hinausgehen.)

Abschluss der Registrierung

Nachdem die Assessorin bzw. der Assessor diese 5 Dinge von Ihnen bekommen hat, wird er oder sie die Unterlagen durchsehen und schauen, ob Ihre Absichtserklärung sich mit der Vision und den Zielen des *CNVC* vereinbaren lassen und ob die Unterlagen vollständig sind.

Sind sie dies nicht oder gibt es noch irgendwelche Fragen zu Ihrer Anmeldung, wird die Assessorin bzw. der Assessor erst ein Gespräch mit Ihnen suchen, bevor der Prozess fortgesetzt wird. Wenn Sie beide übereinkommen, dass Sie als Anwärter/-in angemeldet werden sollen, wird die Assessorin, der Assessor das *CNVC*-Büro benachrichtigen, damit man Ihnen Informationen zum Abschluss der Registrierung schicken und Sie in der Gemeinschaft der Zertifizierungsanwärter/-innen begrüßen kann. Wenn Sie beide aus irgendeinem Grund nicht übereinkommen, dass Sie zur Zertifizierung anzumelden sind, können Sie ein Vermittlungsverfahren einleiten (siehe CPP) oder sich nach 6 Monaten noch einmal melden, ohne die Anmeldegebühr erneut zu zahlen.

Pre-Assessment und abschließendes Assessment

Die Unterlagen zur Zertifizierungsvorbereitung enthalten Materialien, die den Anwärterinnen und Anwärtern helfen sollen, ihr Bewusstsein, ihre Fähigkeiten und ihr Verständnis bezüglich der Gewaltfreien Kommunikation zu vertiefen. Auch dienen diese Materialien dazu, sich über die eigenen Fortschritte klarzuwerden und darüber, ob man für den nächsten Abschnitt, das *Pre-Assessment*, schon bereit ist. Das Dokument enthält außerdem Informationen zu den Gebühren, z. B. dass die Assessmentgebühren an die Assessorin bzw. den Assessor gezahlt werden und über die abschließende Zertifizierungsgebühr, die an das *CNVC* gezahlt wird.

Wir gehen davon aus, dass diese Unterlagen von Zeit zu Zeit überarbeitet werden, da wir mit allen Betroffenen in Kontakt stehen und erfahren, was gut funktioniert und was nicht funktioniert. Das vorliegende Dokument ist also keine Garantie, dass alles so bleiben wird. Die Ausgestaltung des Zertifizierungsprozesses ändert sich mit der Zeit — ein Zeichen von Wachstum und laufender Entwicklung gemäß der Bedürfnisse der Organisation und all ihrer Mitglieder. Bitte halten Sie sich auf dem Laufenden, indem Sie unsere Website alle paar Monate auf Aktualisierungen überprüfen. Sie sind während der einzelnen Assessments dafür verantwortlich, die jeweils aktuellen und damit gültigen Verfahren zu kennen.

Wir verstehen, dass die Anmeldung zur Zertifizierung einen erheblichen Schritt und eine enorme Selbstverpflichtung darstellt. Wenn Sie mehr Informationen über den Zertifizierungsprozess haben möchten, nachdem Sie alle Dokumente gelesen haben, wenden Sie sich bitte unter certification@CNVC.org an die Mitarbeiter für Zertifizierungsfragen im Büro des *CNVC* oder an eine Assessorin oder einen Assessor Ihrer Wahl.

Sie finden eine aktuelle Liste von AssessorInnen unter www.CNVC.org. Diese nehmen Ihren Registrierungsantrag entgegen und arbeiten mit Ihnen bis zur Zertifizierung zusammen.

Bitte melden Sie sich bitte auf unserer Website an und loggen Sie sich ein. Wenn Sie eingeloggt sind erscheint links ein neues Menü. Klicken Sie auf „CNVC Certification Registration Info“ um an die Informationen über AssessorInnen zu gelangen.

II. Richtlinien zur Weitergabe von GFK: Für diejenigen, die nicht CNVC-zertifizierte TrainerInnen sind

Wenn Sie erleben, welchen Beitrag die *Gewaltfreie Kommunikation* für Ihr eigenes Leben bedeutet, ist es verständlich, dass Sie das, was Sie gelernt haben, mit anderen teilen möchten. Und es ist auch unser Traum, dass durch unsere gemeinsamen Bemühungen alle Menschen, Beziehungen und Strukturen ihre Fähigkeit zu einem friedlichen und bereichernden Zusammenleben vertiefen. Wir begrüßen daher die Beteiligung aller, die den Traum der GFK-Vision weiter verbreiten und wir wollen Sie dazu inspirieren, diesen authentisch und kreativ aus vollem Herzen zu verbreiten.

Warum werden GFK, CNVC und ähnliche Begriffe kursiv abgebildet?

Mit der letzten Überarbeitung des CNVC-Trainerabkommens und der Klärung des Abkommens bezüglich unserer Markenzeichen wurde uns bewusst dass wir die Begriffe unserer Markenzeichen gerne vom umgebenden Text abgesetzt sehen würden, um sie klarer und als Markenzeichen erkennbar zu machen. Eine einfache und wirksame Weise, dies zu tun, ist der Kursivdruck.

Wir bitten, dass Sie dieses beachten und so für Ihre Werbematerialien, Website usw. übernehmen, wenn Sie die unten aufgelisteten Markenzeichen verwenden. Andere Möglichkeiten sind Fettdruck, Großbuchstaben, unterstreichen oder Anführungszeichen.

Wenn Sie alle Menschen ermutigen wollen, GFK zu verbreiten, warum gibt es dann CNVC-zertifizierte TrainerInnen?

Unsere Absicht ist es, Menschen zu ermutigen, ihr wertvolles Lernen in einer Weise weiter zu geben, die ihnen sinnvoll erscheint.

Wir fördern die Weitergabe der GFK mit unserem Trainerzertifizierungsprogramm, weil es uns wichtig ist, dass wir die Integrität der GFK bewahrt bleibt.

Wir beabsichtigen, dies dadurch zu erreichen, dass wir eine Gemeinschaft von CNVC-zertifizierten TrainerInnen fördern, die gemeinsame Erfahrungen mit dem Zertifizierungsprozess haben.

Durch den Zertifizierungsprozess entwickeln wir eine Beziehung mit den zertifizierten TrainerInnen und vertrauen darauf, dass diese den Sinn und die Absichten der GFK in einer genauen, sorgfältigen, beständigen und verlässlichen Weise weiter geben.

CNVC-zertifizierte TrainerInnen werden gebeten, mit dem CNVC und den anderen CNVC-zertifizierten TrainerInnen in einer Gemeinschaft zu sein und ein jährliche Vereinbarung zu treffen, die Arbeit und Ziele des CNVC zu unterstützen. Dazu kommen andere Vereinbarungen, die in den

Trainervereinbarungen zu finden sind.

Also kann jeder seine eigenen Erfahrungen in Bezug auf GFK weiter geben?

Ja, wir sehen es gerne, wenn Sie aufgrund Ihrer Erfahrungen die *GFK* weiter geben und klar stellen, dass Ihre Erfahrung die Basis dessen ist, wie Sie *GFK* verstehen. Wenn Sie Ihre Erfahrungen weiter geben und dabei eine der eingetragenen Marken verwenden, die unten aufgelistet sind, bitten wir darum, dass Sie Marshall B. Rosenberg als Gründer der *GFK* anerkennen und örtliche oder regionale *GFK*-Organisationen und *CNVC*-zertifizierte Trainer erwähnen, sowie Kontaktinformationen des *CNVC* (www.CNVC.org) nennen.

Können wir mit GFK werben oder offizielle GFK-Treffen einberufen?

Wenn Sie Ihre *GFK*-Erfahrungen weiter geben, in dem Sie eine Präsentation in Trainings oder Übungsgruppen anbieten bitten wir darum, von der Benutzung der im Folgenden aufgelisteten Begriffe in Überschriften, Titeln oder Untertiteln Ihrer Workshops abzusehen, sowie in Werbematerialien oder in Medien, die Ihren Workshop bewerben, wie z.B. Visitenkarten, Broschüren, Emailadressen, Internetdomainadressen, da diese Begriffe gesetzlich geschützte Markenbegriffe des *CNVC* sind.

Fühlen Sie sich jedoch frei, diese Begriffe bei Ihrer Arbeit zu benutzen und im Fließtext von Seminar- oder Werbematerialien zu benutzen.

Wir sind gebeten worden eine Liste von alternativen Namen und/oder Titeln für diejenigen, die nicht *CNVC*-zertifizierte TrainerInnen sind, zu erstellen. Wir würden Sie gerne ermutigen zu eigener Kreativität und Ihnen die Wahlfreiheit zu geben, Titel zu finden, die Ihre Absicht und Ihren eigenen Fokus beschreiben; wir empfinden es als eher einschränkend als unterstützend, wenn wir eine spezielle Liste von Alternativen erstellen würden. Statt dessen ermutigen wir Sie, seine Sie so kreativ wie möglich und wir werden daran erinnert, dass es so viele andere Arten gibt, die Schönheit auszudrücken, die *GFK* in unser Leben bringen kann.

Die Markenzeichen sind:

- o *NONVIOLENT COMMUNICATION*
Gewaltfreie Kommunikation
- o *NVC*
GFK
- o *NONVIOLENT COMMUNICATION A LANGUAGE OF LIFE*
Gewaltfreie Kommunikation - eine Sprache des Lebens
- o *THE CENTER FOR NONVIOLENT COMMUNICATION*

- o *CNVC*
- o Das Logo; registriert unter: USPTO (reg. no. 2460893):



Bitte beachten Sie diese Aktualisierung:

Die folgenden Begriffe sind als Markenzeichen geschützt, aber wir möchten Sie bitten, sie weiterhin als Zeichen eines gemeinsamen Traums zu benutzen. Diese Begriffe können in Überschriften, Titeln und Untertiteln Ihrer , sowie in Werbematerialien oder in Medien, die Ihren Workshop bewerben, wie z.B. Visitenkarten, Broschüren, Emailadressen, Internetdomainadressen verwendet werden, wenn klar ist, dass diese Begriffe in Zusammenhang mit Gewaltfreier Kommunikation gebracht werden. Wir schätzen es, wenn die Benutzung dieser Begriffe Konsumentinnen hilft, die vom Center oder Dr Rosenbergs Produkten und Angeboten abhängig sind und wenn diese Begriffe davor geschützt werden, ihre Einzigartigkeit einzubüßen und beliebig zu werden.

Wir hoffen dass durch Ihre Anerkennung dieser Bitten beide Seiten profitieren: sowohl das *CNVC* als auch Ihre Ziele, die *GFK* in der Welt zu verbreiten:

- o *COMPASSIONATE COMMUNICATION*
Einfühlsame Kommunikation
- o *GIRAFFE LANGUAGE*
Giraffensprache

Können wir sagen, dass wir „GFK-TrainerInnen“ sind?

CNVC-zertifizierte TrainerInnen werden als vom *CNVC* gesponserte TrainerInnen angesehen, auch wenn die Verwendung des Begriffs „*CNVC*-zertifizierter Trainer/-in“ die Verbindung zum *CNVC* kennzeichnen soll. Um Verwirrungen bezüglich Sponsoring zu vermeiden, bitten wir Sie, Begriffe zu verwenden, die vermeiden, mit Zertifizierung oder Sponsoring durch das *CNVC* in Verbindung gebracht zu werden. Dasselbe gilt für die Markenzeichen die oben aufgelistet sind in Bezug auf alle Werbematerialien oder Medien, wie z.B. Visitenkarten, Broschüren, Emailadressen, Internetdomainadressen.

(Z.B.: Bitte benutzen Sie nicht „*GFK*-Trainer“, *GFK*-Mediator“, *GFK*-Moderator oder ähnliche Begriffe). Wir bitten Sie, dass Sie diejenigen, mit denen Sie Ihre *GFK*-Erfahrungen teilen, darüber informieren, dass Sie nicht vom *CNVC* als TrainerIn zertifiziert sind; fühlen Sie sich jedoch frei, über Ihre Arbeit, *GFK*-Training und Lebenserfahrungen zu informieren.

Können wir das Bild der Giraffe verwenden?

Das Bild der Giraffe kann eine kraftvolle Metapher sein und kann mit großer Wirkung in Ihren *GFK*-Trainings und Werbematerialien eingesetzt werden. Sie haben die Freiheit, das Bild der Giraffe und den Begriff in allen Materialien so zu verwenden, dass die klare Absicht zum Ausdruck kommt, die Integrität der *GFK* zu schützen.

Fühlen Sie sich frei, das Bild, den Begriff und die Handpuppen als ein wirksames Mittel bei Ihrer *GFK*-Arbeit zu verwenden.

Ist das alles? Hätten Sie gerne einen finanziellen Ausgleich von meinen Workshops?

Wir würden uns sehr freuen, wenn wir eine Spende von Ihnen bekommen würden und würden dies als Ausdruck des „Ausgleichs von Geben und

Nehmen“ ansehen. Wir hoffen, dass Sie Ihre *GFK*-Erfahrungen auch in diesem Geiste teilen.

CNVC-zertifizierte Trainer geben 10% ihres Einkommens aus den Trainings. Diese Gelder unterstützen das *CNVC* bei seinem Ziel, *GFK* in aller Welt zugänglich zu machen.

Kann ich Materialien, die vom *CNVC* oder von *CNVC*-zertifizierten Trainern erstellt wurden in meinen Präsentationen verwenden?

Die Materialien des *CNVC* unterliegen dem Copyright. Bitte suchen Sie den Dialog, bevor Sie diese Materialien verwenden. Die meisten Materialien werden für spezielle Trainings erstellt und wir denken, dass diese Materialien am besten in dem Kontext eingesetzt werden sollten, für den sie erstellt wurden.

Wenn Sie Materialien von einzelnen TrainerInnen verwenden, klären Sie das bitte vorab mit der Person. Wenn Sie Ihre eigenen Materialien entwickeln, seien Sie bitte kreativ und erfinden Sie einen anderen Titel als *Gewaltfreie Kommunikation*. Sie können sich auf die *Gewaltfreie Kommunikation* berufen, wenn Sie Ihre Erfahrungen teilen, indem Sie angeben, dass die Materialien und der Inhalt auf der Basis der Gewaltfreien Kommunikation nach Marshall B. Rosenberg und des Centers for Nonviolent Communication erstellt wurden; www.CNVC.org.

Wenn Sie noch Fragen haben, werden wir unser Bestes geben, sie zu beantworten. Wenn Ihre Bedürfnisse nicht erfüllt werden, indem Sie diesen Richtlinien zustimmen, wenden Sie sich bitte an das *CNVC*-Büro, um in einen Dialog zu gehen, bevor Sie oder Ihre Gruppe weiter machen und dabei jenseits der Bestimmungen dieser Richtlinien tätig werden.

Wir freuen uns, mit Ihnen in unserem Streben, eine friedvollere Welt zu erschaffen, zusammen zu arbeiten.

Margo A. Pair, Administrative Director
The Center for Nonviolent Communication
November 15, 2010

III. Beschreibung der Vorgehensweise

A. Sich selbst vorbereiten

Bevor KandidatInnen um ein Pre-assessment bitten, erwarten wir, dass sie

- die Materialien im Zertifizierungsdokument durchgearbeitet haben
- *GFK* als nicht zertifizierte TrainerIn mindestens ein Jahr lang weiter gegeben haben
- eine beträchtliche Anzahl an *GFK*-Trainingstagen haben
- Mentoring bei mindestens drei verschiedenen *CNVC*-zertifizierten TrainerInnen erlebt haben, um die Vielfalt der Trainingsstile erfahren zu haben
- Trainings aufgezeichnet haben
- persönliche Tagebücher geführt haben, um ihre Fortschritte und ihr Lernen zu dokumentieren

Das wird zeigen, wie die *GFK* gelebt wird (persönliches Wachstum), wie die *GFK*-Fähigkeiten sich vertiefen und Lehrmethoden; alles aufgezeichnet über

eine bestimmen Zeitabschnitt.

Eine vollständige Beschreibung dieser Bitten folgt weiter unten.

Wenn sie in einer Region wohnen, in der es *GFK*-Teams und/oder zertifizierte TrainerInnen gibt, werden KandidatInnen sehr ermutigt, jedoch nicht gezwungen, mit ihnen zusammen zu arbeiten im Sinne von Mentoring, Teamworkshops, Hospitationen, Zusammenarbeit bei Projekten usw.; so können Feedbacks auf Trainingsfähigkeiten gesammelt werden, um dann Reaktionen, Lernfelder usw aufzuschreiben. Wenn es in ihrer Umgebung keine Gemeinschaft gibt, der Sie sich anschließen wollen, werden Sie gebeten, eine eigene *GFK*-Gemeinschaft zu gründen, um dieselben Bedürfnisse abzudecken. Sie könnten auch davon profitieren, für andere *CNVC*-zertifizierte TrainerInnen Workshops zu organisieren, um sich gegenseitig Bedürfnisse zu erfüllen.

Die folgenden vier Punkte werden im derzeitigen Traineragreement für *CNVC*-zertifizierte TrainerInnen aufgeführt unter „Bitten an zertifizierte TrainerInnen“. Sie wenden sich auch an KandidatInnen, die die *CNVC*-Zertifizierung anstreben. Bitte besprechen Sie folgende Punkte mit Ihrem Assessor/ ihrer Assessorin:

1. Gegenseitige Unterstützung

GFK in einer Weise anbieten, die Sie selbst und andere TrainerInnen in Ihrer Gemeinde, Region oder Ihrem Land unterstützt.

Kontaktinformationen für andere *GFK*-Trainings anbieten, so dass *GFK*-Interessierte von allen Möglichkeiten erfahren.

CNVC-zertifizierte TrainerInnen und *GFK*-Gemeinschaften zu kontaktieren (wie auf der *CNVC*-Website unter dem Menü "find a supporter" („finde Unterstützung“) bevor du *GFK*-Angebote in deren Region anbietest, um gemeinsam Planung, Unterstützung, Zusammenarbeit und Verbindung abzustimmen.

2. Gemeinschaft

Teil einer *GFK*-Gemeinschaft zu sein.

Akzeptieren, dass es zu Konflikten kommen kann und bereit sein, an deren Lösung zu arbeiten.

Wenn nötig, Unterstützung für einen Dialog zu finden (andere *GFK*-TrainerInnen, Mediation...)

Fähig zu sein, offensichtlich „den Prozess zu leben“, d.h. sich mit der klaren Absicht zu verbinden, Konflikte zu lösen.

3. Einen Plan für „Social Change“ gestalten

Die folgenden Fragen können dabei hilfreich sein:

a) Was ist das Ziel des *CNVC* und wissen Sie, wie Ihr Beitrag dazu aussieht?

b) Wie wenden Sie den *GFK*-Prozess an um die Veränderung zu erreichen, die Sie in der Welt sehen wollen?

c) Beschreiben Sie den Ort oder die Orte, an denen Sie beginnen, „social change“ zu gestalten: bei sich selbst, mit anderen Personen, mit der Familie, bei der Arbeit, mit Schulen, Organisationen, Agenturen, Regierungen, usw.

4. Spiritualität – (ein anderer Begriff für *GFK*-Bewusstsein)

Gib deine persönlichen Antworten als *CNVC*-zertifizierter TrainerInnen

auf folgende Fragen:

- a) Welche Entscheidungen treffe ich, um mein Leben zu gestalten?
- b) Wie vermittele ich mein Konzept von *GFK*-Spiritualität oder *GFK*-Bewusstsein?
- c) Richte ich mein Leben nach dem Konzept des empathischen Gebens und Nehmens aus, was mein Verhältnis zum Umgang mit Geld beinhaltet? Genauer noch: Wie bitte ich um Trainingsbeiträge? Liegt mein Fokus auf der Menge des Geldes oder liegt er auf der Qualität der Energie des Gebens und Nehmens?

Bitte machen Sie Notizen in der Pre-assessmentdatei (siehe C, weiter unten), die Sie bitte Ihrem Assessor/Ihrer Assessorin geben.

B. Kontakt aufnehmen

Wenn du mit dem Stand deiner Vorbereitung zufrieden bist und vermtuest, dass deine Unterlagen für das Pre-Assessment vollständig sind, nimm bitte mit deinem Assessor/deiner Assessorin Kontakt auf.

Kontaktiere ihn/sie etwa 2-3 Monate vor der Zeit, in der du den Pre-Assessmenttermin ansetzen möchtest, um einen für beide passenden Termin zu finden.

1. **Lehrfähigkeit**

Falls der Assessor/die Assessorin nicht genügend Kenntnisse oder Erfahrungen mit Ihren Fähigkeiten, die *GFK* weiter zu geben, hat, um gerne mit Ihnen ins Pre-assessment weiter zu gehen, kann es sein, dass er/sie Sie bitten wird, eine der folgenden Möglichkeiten wahrzunehmen um einem Pre-assessment zuzustimmen. Der Assessor/die Assessorin kann Sie für diese Zeit um einen finanziellen Ausgleich zwischen 75 und 100 € bitten:

- a. Ein 60-90 min Video, in dem Sie einen *GFK*-Workshop leiten und der beides enthält (a) einige Szenen Interaktion mit Teilnehmenden, die zeigen, wie der Kandidat/die Kandidatin *GFK* live anwendet und (b) einige Szenen, bei denen der Kandidat/die Kandidatin das *GFK*-Konzept vorstellt und erklärt. (Bitte beachten Sie für weitere Details den Anhang am Ende dieses Abschnitts) Wir empfehlen Ihnen dringend, an dieser Stelle ein Video anzubieten und/oder eines Ihrer Pre-assessmentunterlagen beizulegen, falls der Assessor/die Assessorin dies wünscht. Das würde für den Assessor/die Assessorin bedeuten, dass er/sie ausgiebiges Feedback in Bezug auf die Fähigkeiten des Kandidaten/der Kandidatin geben kann und kann für den Kandidaten/die Kandidatin wertvolles Lernen bedeuten.
- b. Eine Einladung für den Assessor/die Assessorin, bei dem er/sie den Kandidaten/die Kandidatin in den beiden oben beschriebenen Situationen (a) und (b) beobachten kann.

Wenn der Assessor/die Assessorin nach Ansicht des Videos nicht das Pre-assessment durch führen möchte, bekommt der Kandidat/die Kandidatin Feedback auf das Video oder die Alternative, wie z.B. Punkte, an denen der Assessor/die Assessorin noch Entwicklungsbedarf sieht, bevor der

Kandidat/die Kandidatin sich wieder zum Pre-Assessment anmeldet. BewerberInnen, die nicht zum Pre-Assessment angenommen werden, können ein neues Video oder Alternativen innerhalb von 6 Monaten einreichen. Jedes mal werden dabei Zahlungen in Höhe von 75-100€ an den Assessor/die Assessorin fällig. BewerberInnen können sich so oft wie sie wollen für das Pre-Assessment bewerben (mit einer zwischenzeitlichen Wartezeit von mindestens 6 Monaten).

C Materialien senden

Nachdem der Kandidat/die Kandidatin und der Assessor/die Assessorin beide einem Pre-Assessmenttreffen zugestimmt haben, reicht der Kandidat/die Kandidatin seine/ihre Pre-Assessmentunterlagen ein.

1. **Bitte lesen Sie die aktuelle Trainervereinbarung sorgfältig durch**, die Sie von Ihrem Assessor/Ihrer Assessorin bekommen. Wenn Sie irgendwelche Bedenken haben, die Sie davon abhalten würden, sie zu unterschreiben, suchen Sie bitte darüber das Gespräch mit Ihrem Assessor, BEVOR Sie die Pre-Assessmentunterlagen einreichen. Wenn Sie bereit sind, die Trainervereinbarung einzuhalten, ist der nächste Schritt, dem Assessor/der Assessorin Ihre Pre-Assessmentunterlagen zu schicken.
2. **Eine Absichtserklärung, warum Sie zertifizierter Trainer/zertifizierte Trainerin werden wollen.** Sie brauchen diese nicht zu wiederholen, wenn sich an Ihrer ursprünglichen Absicht, die Sie bei der Registrierung eingereicht haben, nichts geändert hat.
3. **Ihr persönliches Tagebuch.** Wir hätten gerne, dass Sie regelmäßig Ihre *GFK*-Lernschritte, Wachstum und Erkenntnisse festhalten. Benutzen Sie die Tagebuchaufzeichnungen nicht zum Festhalten von inneren und äußeren Ereignissen in Ihrem Leben, sondern als ein Hilfsmittel, sich selbst zu erforschen (hinterfragen, reflektieren und lernen). Das Tagebuchführen hat zweierlei Absichten: Die erste und wichtigste ist Ihre eigene Selbsterforschung, um Ihre Fortschritte festzuhalten und zu bemerken. Die zweite ist, Ihrem Assessor/Ihrer Assessorin zu vermitteln, wie Sie sich der Werkzeuge im Leben bewusst sind, wie Sie den *GFK*-Prozess leben und weiter geben und ob dies im Einklang mit der Integrität und in der Haltung der *GFK* geschieht. Wenn möglich, tippen Sie Ihre Tagebuchaufzeichnungen und fassen Sie sich eher kurz, als dass Sie lange Geschichten erzählen. Wenn Sie das nur 6 Monate tun, werden wöchentliche Eintragungen vorgeschlagen. Es zumindest ein Jahr lang zu tun, wird Ihr Wachstum und Ihre Entwicklung im Laufe der Zeit besser zeigen.

Inhalt des Tagebuchs

Ihr Tagebuch könnte folgende Themen beinhalten: Wie benutze ich *GFK* in meinem Alltag: in Beziehungen, bei der Arbeit, festgefahrenen Situationen, inneren Wolfsdialogen, beim Feiern, beim Aufarbeiten von „Kuddelmuddeln“ (wobei immer die *GFK*-Werkzeuge der vier Schritte verwendet werden. Zum

Beispiel gehen Sie Situationen noch mal durch, in denen Sie *GFK* benutzen: Interaktionen, bei denen Sie nicht so kommuniziert oder geantwortet haben, wie Sie wollten: was Sie innerlich getan haben, um weiter zu kommen und wie Sie es gerne anders machen würden.

Wenn Sie die Integrität bestimmter Personen schützen wollen, verwenden Sie entweder die Initialen oder andere Namen. Ihr Tagebuch wird vertraulich behandelt. Es wird nicht über den Personenkreis hinaus, der mit Ihrem Assessment zu tun hat, veröffentlicht. Es wird Ihnen am Ende des Pre-Assessmentgesprächs zurück gegeben.

Für weitere Vorschläge bezüglich des Tagebuchführens verweisen wir auf den Abschnitt mit dem Titel: „Was ich tun kann“

4. Feedbackformulare: Bitte kopieren Sie so viele, wie Sie brauchen

Wir hätten gerne ein Minimum von 10 allgemeinen Feedbackformularen von *GFK*-Mentoren, davon zumindest von drei verschiedenen *CNVC*-zertifizierten Trainern, mit denen Sie zusammen gearbeitet haben, Wir hätten auch gerne mindestens zehn Feedbackformulare von Teilnehmenden an Trainings, die Sie geleitet haben oder bei denen Sie in der Co-moderation oder Assistenz waren. Bitte hängen Sie an jedes Formular ein Beiblatt, das beschreibt, was Sie von diesem speziellen Feedback gelernt haben und was Sie als Ergebnis davon anders machen werden. Bei der Auswahl der Feedbackbögen wählen Sie bitte diejenigen aus, von denen Sie etwas gelernt haben oder die zeigen, wie die Bedürfnisse der Teilnehmenden erfüllt wurden.

Alternativ dazu können Sie, anstatt über jedes Teilnehmerfeedback zu schreiben, eine Zusammenfassung schreiben, die sich auf spezielle Beispiele bezieht; was Sie daraus gelernt haben und jetzt als Ergebnis dieses Feedbacks anders machen.

5. Liste aller Trainingstage, die Sie bei *CNVC*-zertifizierten

TrainerInnen gemacht haben, seit Sie Ihre ursprüngliche Liste für die Registrierung eingeschickt haben. Bitten nenne Sie Datum, Ort, Titel des Trainings, die Anzahl der Tage und den Namen des *CNVC*-zertifizierten Trainers/der *CNVC*-zertifizierten Trainerin und die Gesamtzahl aller Trainingstage. Das Minimum für die Zertifizierung sind 50 volle Trainingstage, davon mindestens ein Internationales Intensivtraining (9Tage). Das ist ein Minimum; die meisten KandidatInnen sammeln viel mehr Trainingstage an, bevor sie mit ihren *GFK*-Fähigkeiten zufrieden sind.

Wie werden *GFK*-Fernlehrgänge und Online-Trainings für die Zertifizierung angerechnet?

Viele *CNVC*-ZertifizierungskandidatInnen haben darum gebeten, dass, als Ergänzung zum traditionellen persönlichen Workshopbesuch auch Trainingstage anerkannt werden, die aus der Teilnahme an einem oder mehreren Trainingsalternativen resultieren. Wir möchten Kandidaten durch die Anrechnung von einigen *GFK*-Trainings, die effektiv, günstig und leicht zugänglich sind, unterstützen.

Zu Ihrer Information als TrainerIn und KandidatIn kündigt hiermit das

Educational Service Team folgenden Plan an, der ab sofort Gültigkeit hat. Als KandidatIn können Sie Trainings angerechnet bekommen, wenn Sie den folgenden Richtlinien entsprechen.

Anrechnung alternativer *GFK*-Trainings basierend auf folgenden Richtlinien:

- Das Training gibt ein/e *CNVC*-zertifizierte/r TrainerIn
- Das Training ist interaktiv und Sie können mitwirken
- Das Training bietet Gelegenheit, Feedback zu geben und zu bekommen
- Sie halten fest: Name des Trainers/der Trainerin, Datum, genaue Stundenanzahl, Thema, Art des Trainings
- Für jede Trainingserfahrung eine schriftliche Zusammenfassung der hauptsächlich gelernten Punkte, 1-2 Abschnitte
- Kann angewendet werden auf *GFK*-onlinetraining, auf Telekonferenzen, Familienfreizeiten, Konferenzen, Festivals

Trainings dieser Art können 20% des Gesamttrainings vor dem Assessmentprozess ausmachen. Dieser Plan wird nach einem Jahr (September 2011) ausgewertet werden, weil es Zeit braucht, zu sehen, was dieser Plan leistet und ob er verbessert werden kann.

6. **Trainingsbuch** (Beispiel anbei) von *GFK*-Trainings, die Sie angeboten haben oder bei denen Sie assistiert haben, einschließlich Übungsgruppen, Infoveranstaltungen, längeren Workshops und Kursen.
7. In schriftlicher Form, als Audio- oder Videoaufnahme: Ihr bestes Verständnis aller Schlüsselunterscheidungen und *GFK*-Konzepte, die unter „das ABC für die Zertifizierung“ aufgeführt sind.
8. **Die Pre-Assessmentgebühr** in der Höhe von 250-400€ (oder an den Assessor/die Assessorin) bezahlen, siehe unten.

D. Den Termin für das Pre-Assessmentgespräch vereinbaren

Nehmen Sie Kontakt mit Ihrem Assessor/Ihrer Assessorin auf, um sicher zu stellen, dass die Gebühr und alle Materialien, die Sie gesendet haben, angekommen sind. Vereinbaren Sie einen Termin für Ihr Pre-Assessmentgespräch, das telefonisch oder persönlich statt finden kann.

Wenn das Pre-Assessmentgespräch erfolgreich verlaufen ist und es eine gemeinsame Entscheidung gibt, weiter zu machen, wird mit dem Assessor/der Assessorin ein Termin für das Assessmentgespräch festgelegt. Wenn die Entscheidung lautet, dass es jetzt noch nicht weiter geht, bitten Sie den Assessor/die Assessorin um Klärung Ihrer weiteren Vorbereitung, die Sie unterstützt, für das Assessment bereit zu werden. Der Assessor/die Assessorin wird Ihnen diese Informationen schriftlich geben und eine Kopie Ihren Kandidatenunterlagen beilegen

Informationen über Gebühren

Pre-Assessmentgebühr für den Assessor/die Assessorin: ein Betrag zwischen \$250 und \$400 USD (oder entsprechendes in einer anderen Währung). Wir erwarten, dass der Assessor/die Assessorin etwa einen Tag brauchen wird, um Ihre Pre-Assessmentunterlagen durchzusehen, sie mit Ihnen zu besprechen und mit Ihnen zu entscheiden, ob ein Assessmentgespräch vereinbart wird. Bitte senden Sie das Geld gleichzeitig mit Ihren Pre-Assessmentunterlagen an den Assessor/die Assessorin. Assessmentgebühr für den Assessor/die Assessorin: ein Betrag zwischen \$250 und \$400 USD (oder entsprechendes in einer anderen Währung). Wir erwarten, dass der Assessor/die Assessorin etwa drei oder mehr Stunden braucht, um sich mit Ihnen zum Assessmentgespräch zu treffen. Bitte geben Sie die Gebühr direkt dem Assessor/der Assessorin bei Ihrem Treffen.

Zertifizierungsgebühr an das *CNVC*: \$250 USD

Wenn Sie und Ihr Assessor/Ihre Assessorin übereinkommend entscheiden, dass das Assessmentgespräch erfolgreich war, überweisen Sie bitte die Gebühr an das *CNVC*, begleitet von den benötigten Materialien ans *CNVC*-Büro, damit der Zertifizierungsprozess abgeschlossen werden kann.

Wenn das Assessment nicht auf das Pre-Assessment folgt, kann die Pre-Assessmentgebühr von der aufgebrauchten Zeit des Assessors/der Assessorin abhängen. Der Kandidat/die Kandidatin kann sich nach sechs Monaten wieder bewerben und kann wiederum um einen Betrag zwischen \$250 und \$400 USD (oder entsprechendes in einer anderen Währung) für den Mehraufwand an Zeit gebeten werden.

Bemerkung: Wenn es Ihnen schwer fällt diese Gebühren aufzubringen, besprechen Sie bitte mit Ihrem Assessor/Ihrer Assessorin Alternativen.

Um die Integrität des *GFK*-Prozesses anzuwenden, erwarten wir, dass einige KandidatInnen, die schon sehr weit vorgebildet und erfahren sind, nicht ganz am Anfang dieses Prozesses starten. Wir sind gerne bereit, flexible Absprachen mit einzelnen KandidatInnen zu treffen.

Anhang

siehe: Leitfaden zum Zertifizierungsprozess des *CNVC*

II Ergänzende Details zum Video

1. Ein 60-90 min Video, in dem Sie einen *GFK*-Workshop leiten und der beides enthält (a) einige Szenen Interaktion mit Teilnehmenden, die zeigen, wie der Kandidat/die Kandidatin *GFK* live anwendet und (b) einige Szenen, bei denen der Kandidat/ die Kandidatin das *GFK*-Konzept vorstellt und erklärt.

Das Video kann eine Zusammenfassung verschiedener Segmente sein. Die Kamera kann in einiger Entfernung von den KandidatInnen aufgestellt sein,

so dass einige TeilnehmerInnen erfasst werden (solange das keinen Verlust der Tonqualität darstellt)

Der Kandidat/ die Kandidatin stellt dem Assessor/der Assessorin folgende Informationen zum Video zur Verfügung:

- Um welche Art der Vorstellung handelt es sich (z.B.: eintägiger Einführungskurs, 2-stündige Übungsgruppe...)
- Wie viele Teilnehmende waren anwesend und wer waren sie (allgemeine, öffentliche Gruppe, Lehrerkollegium einer Schule, usw.)
- Wie viel GFK-Erfahrung hatten die Teilnehmenden und wie gut kannten sie sich persönlich?
- Das Datum jedes Abschnittes
- Die Länge jedes dargestellten Abschnittes

Wir machen alle Fehler, tun und sagen Dinge, die wir gerne anders gemacht hätten, Wir erwarten also nicht, dass Ihr Video „perfekt“ sein soll, auch wünschen wir uns nicht, dass alle Trainingsteile, mit denen Sie eventuell unzufrieden sind, herausgeschnitten werden.

Statt dessen bitten wir Sie darum, dass Sie uns Ihre Selbstkritik zu den Abschnitten, die Sie ausgewählt haben, mitteilen, (schriftlich oder als Audioaufnahme) :womit waren Sie zufrieden, was hat geklappt und was nicht, was könnten Sie anders machen, wo hätten Sie gerne Unterstützung oder Feedback, usw.

III Berufung einlegen beim Zertifizierungsprozess

Die folgenden Abschnitte beschreiben das Vorgehen für ein Berufungsverfahren für den Fall, dass keine übereinstimmende Entscheidung erreicht wurde, sowohl für die Registrierung, das Pre-Assessment als auch das Assessment. Der Mediator/die Mediatorin für das Berufungsverfahren wird vom administrative director des CNVC bestimmt. Um ein solches Verfahren einzuleiten, fragen Sie bitte den administrative director, wie Sie sich an den Mediator/die Mediatorin wenden können.

1. Ein Kandidat/ eine Kandidatin kann bei jedem der drei Zwischenschritte des Assessmentprozesses ein Berufungsverfahren einleiten:
 - 1) Registrierungsprozess
 - 2) Pre-Assessmentprozess
 - 3) Assessmentprozess
2. Um Berufung kann gebeten werden, wenn nach Bekundung guten Willens und Anstrengung beider Seiten keine Übereinstimmung erreicht wurde.
3. Der Kandidat/ die Kandidatin kann den Mediator/die Mediatorin kontaktieren und mit ihm/ihr vereinbaren, ihm/ihr sein/ihr Anliegen schriftlich vorzulegen. Der Mediator/die Mediatorin wird dann den Registrierungskordinator oder den betroffenen Assessor/die Assessorin kontaktieren, um mehr Informationen zu sammeln und wird dann mit beiden Parteien arbeiten, um zu einer einvernehmlichen Lösung zu kommen,

4. Die Gebühr wird \$35 pro Stunde sein (oder entsprechend), zahlbar an den Mediator wie folgt:

\$17.50 vom Kandidaten/ der Kandidatin

\$17.50 vom CNVC

bis zu einem Maximum von drei Stunden Arbeit mit den strittigen Parteien, oder bis weitere Zeit vereinbart wurde.

Der Kandidat/ die Kandidatin wird den Mediator/die Mediatorin direkt bezahlen, der/die dem CNVC die andere Hälfte der Gebühr in Rechnung stellen wird.

Wenn beim bestem Willen und aller Anstrengung kein Ergebnis erzielt wurde, wird der administrative director eine abschließende Entscheidung treffen.

IV. 2011 CNVC Certified Trainer Agreement

siehe separates Dokument „Vereinbarungen für TrainerInnen 2011“

C. Das Aufrechterhalten des Zertifizierungsstatus

Für das CNVC ist die Zertifizierung eine Wertschätzung und ein Feiern von Kollegen, die in Gemeinschaft leben. Es ist keine dauerhafte Berechtigung wie ein Diplom, sie wird jährlich erneuert, um wirksam zu bleiben. Im Wesentlichen ist es eine jährliche Erneuerung Ihrer Vereinbarung mit der Organisation.

Das CNVC hat langfristig zwei Ziele mit der Zertifizierung. Eines davon ist, eine Trainergemeinschaft zu erschaffen, die mit dem CNVC zusammen arbeiten will um unsere Vision zu erfüllen. Die zweite ist, sicher zu stellen, dass die nächste und folgende Generationen GFK so lernen, dass die Integrität des GFK-Prozesses geschützt und gewahrt bleibt.

CNVC-zertifizierte TrainerInnen haben mit der Zertifizierung folgende Absicht: Verbindung mit dem CNVC, Beitragen zu unserer Vision, Glaubwürdigkeit, gegenseitige Unterstützung und persönliches Wachstum.

TrainerInnen, die zustimmen, diesen Richtlinien zu folgen, schicken jährlich ihren Beitrag und einen Bericht über die Aktivitäten des vergangenen Jahres und unterzeichnen die aktuelle Liste der Trainervereinbarungen für das folgende Jahr zur vorgegebenen Frist, und werden damit weiter als CNVC-zertifizierte TrainerInnen geführt. TrainerInnen stimmen zu, einen Beitrag von 10% ihrer Nettoeinnahmen aus GFK-Trainings zum gewünschten Zeitpunkt an das CNVC zu senden. Wenn sie weniger als 3000USD verdient haben, beträgt der Beitrag 300USD.. Für diejenigen, die nach Jahresbeginn zertifiziert wurden, ist der Beitrag 10% ihres Nettoeinkommens nach der Zertifizierung. Der Mindestbeitrag ist 25USD pro Monat nach der Zertifizierung.

Die Trainerbeiträge helfen, alle Bereiche des Zertifizierungsprogramms zu unterstützen: Die Website, um Kontaktinformationen von TrainerInnen

aufzulisten und Workshops zu bewerben, Verwaltung, Empfehlungen für Trainings, die Rezertifizierung, Zugang zum Trainernewsletter zu schaffen für gegenseitige Unterstützung, Austausch von Trainingsinformationen, das Erforschen von *GFK*-Konzepten usw.

TrainerInnen können ihren Status der Zertifizierung durch schriftliche Nachricht an das Büro jederzeit nieder legen. Ein Trainer/eine Trainerin, der/die sich für einige Zeit zurück gezogen hat und dann wünscht, wieder in diesen Status aufgenommen zu werden, kann gebeten werden, einige der Schritte aus dem Zertifizierungsprogramm zu wiederholen.

Je nach persönlichen Umständen macht das *CNVC* Ausnahmen bei allen Richtlinien der Zertifizierung und der Erneuerung. Zum Beispiel: *CNVC* bietet in Anbetracht der regionalen, wirtschaftlichen Situation eine Anpassung bei den Gebühren an. Wenn Sie Fragen zu einem der Zertifizierungspunkte haben und diese gerne mit uns besprechen würden, nehmen Sie bitte mit dem administrative director Kontakt auf .

II Vorbereitung

V. Zertifizierungs-ABC

(A) *GFK* kennen (Theorie und Konzepte)

(B) *GFK* leben (das spirituelle Bewusstsein der *GFK* und die Vision des „social change“)

(C) *GFK* weiter geben (wirksame Präsentationen)

Bitte benutzen Sie die Materialien, die für die einzelnen Bereiche (A,B,C) erstellt wurden, um Ihnen Ihr Wachstum aufzuzeigen und ihre Fertigkeit in diesem Bereich zu fördern.

***GFK* kennen – Konzepte und Prozesse**

Vertrautheit mit dem Konzept der Gewaltfreien Kommunikation, Verständnis sowie das Wiederauffrischen der einzelnen Grundelemente: Verstehe ich die Absicht der Gewaltfreien Kommunikation, ihren philosophischen Hintergrund, den Unterschied einer Kommunikation, die dem Leben entfremdet, und einer Kommunikation, die mit dem Leben verbunden ist, die Bedeutung von Einfühlung und die Elemente des "Giraffentanzes"? Überblick über die Grundelemente des Prozesses und über einige Fragen, die bei Trainings oft vorkommen.

A - Schlüsselunterscheidungen

1. "Eine Giraffe sein" Û "Sich wie eine Giraffe verhalten
2. Die Ehrlichkeit der Giraffe Û die Ehrlichkeit des Wolfes
3. Einfühlung Û Sympathie und andere Formen des Eingehens auf den anderen (wie z.B. bestimmen, sich rückversichern, Geschichten erzählen usw.)
4. Schützende Anwendung von Gewalt Û schützende Anwendung von Gewalt
5. Macht mit Û Macht über
6. Anerkennung Û Zustimmung, Komplimente, Lob
7. Wahl Û Unterwerfung oder Rebellion
8. Beobachtung Versus Beobachtung vermischt mit Interpretationen
8. Gefühle vs. Gefühle gemischt mit Gedanken
9. Bedürfnis vs Bitte
10. Bitte vs Forderung
11. Auslöser vs Ursache
12. Werturteil vs moralisches Urteil
13. natürlich vs gewohnt/normal
14. Gegenseitige Abhängigkeit vs. Abhängigkeit oder Unabhängigkeit
15. Mit dem Leben verbunden vs dem Leben entfremdet
16. Konsens vs Kompromiss
17. Hartnäckig vs fordernd
18. Selbstdisziplin vs Gehorsam
19. Respekt vor Autorität vs Furcht vor Autorität
20. Verletzlichkeit vs. Schwäche
21. Liebe als Bedürfnis vs Liebe als Gefühl
22. Selbstempathie vs Ausagieren, Unterdrücken oder in Gefühlen schwelgen
23. Idiomatic vs. klassisch „Giraffe“
24. Raten vs wissen
25. Empathisches Vermuten vs intellektuelles Raten

B - GFK-Modell, Bestandteile

1. Das GFK-Modell: Ehrlich ausdrücken und empathisch wahrnehmen, die vier Schritte (Absicht und Merkmale jedes Schrittes)
2. Giraffentanz Die vier Ohren (die vier Wahlmöglichkeiten, wenn wir eine Botschaft hören, die schwer zu ertragen ist)
3. Die drei Arten von Giraffenbitten

C – der GFK-Prozess

1. Den Ärger (Tadel, Kritik) eines anderen hören
2. „nein“ ausdrücken
3. „nein“ hören
4. Selbstempathie, wenn der Anlass von außen (a) und wenn er von innen (b) kommt
5. Trauern und Lernen aus unserem Bedauern
6. der Giraffenschrei

7. Unterbrechen
8. Dankbarkeit ausdrücken
9. Dankbarkeit empfangen
10. Bewusste Entscheidungen treffen aufgrund der Wahrnehmung von Bedürfnissen
11. Eine „Entschuldigung“ aussprechen
12. Einen inneren Konflikt mit *GFK*-Dialogen lösen

D - In Trainings häufig gestellte Fragen

1. Warum ist es wichtig, mit der Aufmerksamkeit bei den Gefühlen und Bedürfnissen zu bleiben?
2. Wie glauben Sie, dass *GFK* die Austragung eines Konflikts verändern kann?
3. Wie definieren Sie Empathie? Können Sie mehr sagen über den Unterschied zwischen Empathie und Sympathie?
4. Ich verstehe, dass Sie eine bestimmte Art von Anerkennung vertreten; wie unterscheidet sich diese davon, einfach jemandem zu sagen, wie toll er ist?
5. Ich habe gehört, wie Sie sagten, dass meine Präsenz das kostbarste Geschenk sei, das ich jemandem in seinem Schmerz geben kann. Können Sie erklären, was Sie damit meinen?
6. Ich habe gehört, wie Marshall gesagt hat, dass er den Schmerz eines Menschen genießen kann. Was bedeutet das?
7. Wenn wir empathisch zuhören, warum vermuten wir eher als einfach zu fragen, wie sich der andere fühlt?
8. Sie sagen, dass wir nicht für die Gefühle der anderen verantwortlich sind. Können Sie mir sagen, wofür wir dann verantwortlich sind?

Die *GFK* leben

Die Absicht, in der Haltung der *GFK* zu leben

Das setzt voraus, dass wir die *GFK*-Haltung in jedem Moment unseres Lebens umsetzen wollen. Diese Intention wird unterstützt, indem man Teil einer *GFK*-Gemeinschaft wird oder eine nach eigener Wahl gründet – wenn keine regionale Gruppe, dann vielleicht eine virtuelle Gemeinschaft für eine bestimmte InteressentInnengruppe, wie z.B. für Eltern, Erziehung, Wirtschaft oder Social change. Die Absicht ist, aktiv mit anderen der Gruppe zusammen zu arbeiten, indem man gegenseitig Veranstaltungen bewirbt, sich über Termine und Aktivitäten informiert. Wir wollen Gemeinschaften schaffen, die zusammen arbeiten ohne Wettbewerb und Hierarchie. Das wird fortwährendes Lernen und Teilen sicher stellen und die Entwicklung von kooperierenden *GFK*-Gemeinschaften weltweit fördern.

Dazu könnten wir uns fragen, was tue ich, um:

- (1) das Bewusstsein von Gefühlen und Bedürfnissen tief in mir zu verwurzeln --- mehr aus dem Herzen heraus zu leben
- (2) die Fähigkeit zu entwickeln, in jedem Augenblick ganz gegenwärtig zu sein?
- (3) die Fähigkeit zu vertiefen, die Welt empathisch wahr zu nehmen?
- (4) mir immer mehr meine Absichten bewusst zu machen, wenn ich spreche oder handle?
- (5) Klarheit in meine Kommunikation zu bringen -- mich so auszudrücken, dass ich von den anderen verstanden werde?
- (6) erfüllende Beziehungen zu schaffen und mit den Menschen um mich in Harmonie zu leben?
- (7) ein Bewusstsein dafür zu entwickeln, mit anderen und allem, was das Leben ausmacht, verbunden zu sein?
- (8) meine Fähigkeit mehr und mehr zu entwickeln, von Herzen zu geben?
- (9) mich selbst und andere mehr wertzuschätzen?
- (10) fähig zu sein, mehr aus der Fülle und Dankbarkeit zu leben?
- (11) mehr Freude auch aus der Freude anderer zu ziehen?
- (12) Mitgefühl in meinem Leben zu kultivieren?
- (13) mir klarer bewusst zu werden, was ich von anderen erwarte, wenn ich spreche oder handle?
- (14) mir schneller bewusst zu werden, wenn „meine Giraffenohren abgefallen sind“ (z.B. wenn ich vergessen habe, dass ich die Wahl habe, wie ich eine Mitteilung höre)? Und was tue ich dann, wenn ich das bemerke?
- (15) mich lebendiger zu fühlen?
- (16) achtsamer zu sein, wann ich im Kopf bin und von meinem Herzen getrennt?
- (17) mehr Freiheit in meinem Leben zu erfahren?
- (18) Ärger vollständig auszudrücken?
- (19) mehr Klarheit in meinem Leben zu erfahren?
- (20) mehr Frieden in meinem Leben zu erfahren?

(C) GFK vermitteln

Klare Intention, wirkungsvolle Präsentation, Offenheit für Feedback

Das bedeutet die Fähigkeit, unser Verständnis von Gewaltfreier Kommunikation zu vermitteln -- das heißt einmal, das Konzept vorzustellen und zum anderen, praktische Übungsmöglichkeiten anzubieten, die das Bedürfnis nach Lernen der anderen wirksam unterstützt. Die klare Intention beinhaltet die Fähigkeit, den spirituellen Aspekt der GFK zu verstehen und zu leben; diese Spiritualität in Ihrem Training in einer Art und Weise zu zeigen, die angenehm und authentisch für Sie ist. Es beinhaltet die Fähigkeit, die Unterscheidung zu zeigen zwischen der Vision, der der GFK-

Prozess dient, und den „vier Schritten“ des Modells.

Die klare Intention beinhaltet auch die Fähigkeit, zu zeigen, dass die Komponente des social Change oder das Bewusstsein in Ihren *GFK*-trainings und –Aktivitäten vorkommen, ausgehend von dem Verständnis, dass soziale und politische Transformation die Grundphilosophie der Gewaltfreien Kommunikation ist.

Reflexionsfragen:

1. Klärung der Absicht, warum Sie *CNVC*-zertifizierte/r TrainerIn werden wollen

- a) Welche Absichten stehen hinter meinem Wunsch, zertifizierte/r TrainerIn zu werden?
- b) Welche Absichten stehen hinter meinem Wunsch, *GFK* weiter zu geben?
- c) Wovon will ich wegkommen (oder was will ich lernen) indem ich dies tue?
- d) Glaube ich, dass ich die Wahrheit weiter gebe? Ist es möglich, dass andere eine abweichende Wahrheit haben können? Wie wichtig ist es mir, dass andere mit dem übereinstimmen, was ich mit der *GFK* weiter gebe?
- e) Was ist meine Zusage an ein Regionalteam oder ans *CNVC*? Wie bereichert mein Dasein die *GFK*-Gemeinschaft? Was ist mein Beitrag zum Gruppenzusammenhalt, Harmonie und Wachstum der Gemeinschaft? Was motiviert mich, an einer Vision mitzuarbeiten, die eine „Giraffenwelt“ erschafft?

2. Die *GFK*-Theorie und Konzepte vorstellen und vormachen

- a) Wie entwickle ich meine Fähigkeit, anderen zu vermitteln, wie ich die *GFK*-Konzepte verstehe?
- b) Wie entwickle ich meine Fähigkeit, die Fragen anderer bezüglich *GFK* zu verstehen und zu beantworten?
- c) Wie vertiefe ich mein Vertrauen, eine Übungsgruppe zu leiten und *GFK* zu vermitteln?
- d) Wie entwickle ich meine Fähigkeit, andere einzuladen, mich mit ihren Lernbedürfnissen anzusprechen?

3. Die Fähigkeit, die *GFK* effektiv darzustellen

- a) Was betrachte ich als die wichtigste Information, die vermittelt werden sollte?
- b) Wie organisiere ich das Material?
- c) Welche Hilfsmittel, wie z.B. Lehrpläne, Tätigkeiten, Beispiele usw benutze ich?
- d) Wie wecke ich das Interesse der Teilnehmer/-innen?
- e) Wie fördere ich zunehmend Eigenschaften wie: Klarheit, Reichhaltigkeit, Attraktivität usw ?

- f) Wie entwickle ich meine Geschicklichkeit und Gewandtheit, wenn ich den Prozess im Rollenspiel oder anderen Demonstrationen in Übungssituationen vorstelle?

4. Feedback annehmen und geben

- a) Wie kann ich um Feedback bitten und meine Fähigkeit zu stärken, ehrliches Feedback zu geben und anzunehmen als eine Quelle meines eigenen Wachstums und das der anderen? Wie biete ich anderen Feedback an und zwar so, dass sicher gestellt wird, dass die Bedürfnisse beider Seiten berücksichtigt werden?
- b) Wie entwickle ich die Fähigkeit, mein Wissen anzubieten und gleichzeitig Irrtümer zu korrigieren und zwar in einer Weise, die die anderen gerne hören?
- c) Wie stärke ich meine Fähigkeit, negatives Feedback anzunehmen (besonders wenn es an mich gerichtet ist oder an die, mit denen ich identifiziert werde), ohne Kritik oder Feindseligkeit zu hören? Wie werde ich empfänglicher für die Möglichkeit, dass ich aus solchen Feedbacks Nutzen ziehen kann?
- d) Wenn ich Veranstaltungen über *Gewaltfreie Kommunikation* organisiere oder leite, welche Störungen könnten mich am ehesten triggern? Wie könnte ich diesen begegnen?

5. Fähigkeiten, die für eine Gruppe notwendig sein könnten – "Wie könnte ich..."

- a) meine Fähigkeit erweitern, um auf die Struktur einer Gruppe einzuwirken?
- b) beitragen, dass jede Person das Gefühl für ihre eigene Kraft bekommt?
- c) beitragen zu einem Gruppengefühl der beitragen, dass die Gruppe sich ihres Ziels und ihrer Gemeinschaft bewusst wird?
- d) zu Intensität, Authentizität und Aufrichtigkeit in einer Gruppe beitragen?
- e) beitragen zu Harmonie, zur Auflösung von Spannung und Konflikten, gegenseitigem Verständnis und Zusammengehörigkeit?
- f) beitragen zu mehr Inspiration, Freude und Leichtigkeit in einer Gruppe?
- g) beitragen zu mehr Aufmerksamkeit, Effektivität und Ordnung?
- h) mehr Wahrnehmungsfähigkeit entwickeln für die Gefühle und Bedürfnisse der Gruppenmitglieder?
- i) das Gleichgewicht zwischen meinen Bedürfnissen und jenen in der Gruppe herstellen?
- j) verletzbarer werden in einer Gruppe?

VI. Dinge, die ich tun könnte

Dinge, die ich tun könnte, um zertifizierte/r Trainer/-in zu werden

Nicht alle Vorschläge sind wahrscheinlich für jede/n geeignet. Sie sind jedoch ein Angebot, das den Lernprozeß unterstützen und deinen Fortschritt und Stnad überprüfen kann.

1. Ich könnte ein Notizbuch anlegen für meine Praxis der *GFK* -- vor allem um mein Lernen und meine Einblicke aufzuschreiben und sie nachlesen zu können.
2. Ich könnte ein Tagebuch anlegen, in dem ich regelmäßig Situationen beschreiben kann, in denen ich Blockaden oder Konflikte erlebe. Ich könnte sie noch einmal durchspielen, indem ich die *GFK* anwende. Zum Beispiel, indem ich eine Situation zurückrufe, wo ich mich mit einer Person nicht verbunden fühlte. Ich könnte notieren, was ich in bestimmten Momenten beobachte, fühle und brauche. Was könnte ich anders gesagt oder getan haben? Was hat mich daran gehindert? Was könnte die andere Person beobachtet, gefühlt, gebraucht oder erbeten haben?

Nehmen wir an, ich war frustriert, als ich am Abend die Fernsehnachrichten hörte: Ich könnte in meinem Tagebuch einen Giraffenbrief an den Fernsehkommentator entwerfen. Wenn mich jemand lobt und ich ein Unbehagen spüre, könnte ich die Worte derjenigen Person in mein Tagebuch schreiben und sie in Giraffensprache übersetzen. Höre ich dann ihre Botschaft anders? Ich könnte auch den Augenblick feiern, wenn ich die *GFK* angewendet habe, so wie ich es gerne möchte. Oder eine Ärgersituation aufschreiben --- " die Wolfsschau genießen ", wenn ich alle meine ärgerlichen Gedanken notiere. Wenn ich das noch einmal lese, was ich geschrieben habe, könnte ich nach meinen "ich sollte-, ich müsste-Gedanken suchen. Höre ich die versteckten Bedürfnisse dahinter?

Ich würde mich oft fragen, "was lerne ich hier?" Ich könnte auch auf Fragen eingehen, die unter B (Trainer-Qualifikationen) aufgeführt sind, und meine Tagebucheintragungen unter diesem Aspekt ansehen. Vielleicht könnte ich mir Situationen ausdenken und alternative Wege finden, wie Wolf und Giraffe damit umgehen. Ich könnte aufschreiben, wo ich in meinem Inneren Schmerz empfinde, indem ich mich mit meinen Bedürfnissen verbinde und meine inneren Wolfsdialoge übersetze und Bitten formuliere, die ich an mich stellen könnte.

3. Ich könnte eine Freundin, einen Mentor oder eine Giraffengruppe finden. Wir könnten einander helfen, Ziele und eine klare Übungsstruktur zu entwickeln und dieses Material hier zu benutzen. Wir könnten einander in der Absicht unterstützen, unsere Ziele anzugehen und der Übung in *GFK* Vorrang in unserem Leben zu geben.
4. Ich könnte die "Trainer-Qualifikationen" studieren und meine Stärken und Schwächen einschätzen. Ich könnte eine der Fragen nehmen und mich eine gewisse Zeit darauf konzentrieren, bevor ich mich mit einer anderen beschäftige. ("beschäftigen" umfasst Betrachtung, Aufschreiben, um Feedback bitten oder eigene Übungen dazu machen)

5. Ich könnte mich darum bemühen, mir meiner Absicht bewusst zu werden, wann immer ich den Mund aufmache - besonders wenn ich mich ärgere oder wenn es mich drängt zu sagen: "ich sag es trotzdem" oder "ich tu es trotzdem", selbst wenn mir klar ist, dass ich dadurch mehr zur Entfremdung als zur Verbindung mit der anderen Person beitrage. Wenn ich aus dem Ärger heraus handle oder es mich drängt zu sagen "sag es trotzdem", könnte ich versuchen, die Neigung zu überwinden, mich zu rechtfertigen, und dafür meine Begrenzungen mit Mitgefühl anzuerkennen. Das Wichtige für mich dabei ist nicht, den Misserfolg zu sehen, sondern anzunehmen, was passiert ist.
6. Ich könnte üben, in 15 Sekunden auf die Frage zu antworten, "Was ist die *GFK*?", dann in einer Minute, in fünf Minuten, 15 Minuten. Ich könnte eine improvisierte Einführung in die *GFK* in 30 Minuten üben.
7. Ich könnte Übungsgruppen leiten und Einführungen in die *GFK* für kleine Gruppen anbieten. Von da aus könnte ich ausgedehntere Workshops organisieren, zuerst mehr inoffiziell, dann offiziell. Ich könnte davon Videoaufnahmen machen und sie dann genau anschauen. Ich könnte andere um Feedbacks für die verschiedenen Aspekte bitten. (siehe Feedback-Formular)
8. Ich würde versuchen, *GFK* in meinem Alltag umzusetzen, besonders wenn Feindbilder in mir Reaktionen auslösen. Möglicherweise sind Politiker, Medienkommentatoren oder Leserbriefe solche Auslöser. Ich könnte diese Reaktionen annehmen und mich bemühen, mich von ihnen freizumachen durch Selbstempathie und durch Empathie, die ich von anderen erbitte.
9. Wenn ich die Möglichkeit habe, an Trainings in *GFK* teilzunehmen, besonders wenn sie von unterschiedlichen Trainern gegeben werden, die mir verschiedene Stile vermitteln können, würde ich dem den Vorrang geben.
10. Ich würde empfohlene Bücher lesen, die mir helfen können, mein Verständnis des Prozesses, des Systems oder der Voraussetzungen zu vertiefen. Ich könnte herausfinden, welche Anschauungen auf mich zutreffen (z.B. In einem Buch wird zum Ausdruck gebracht, dass unser Herrschaftssystem uns lehrt, Herrschaft und Unterwerfung große Bedeutung beizumessen. Wie habe ich diese Wertvorstellungen verinnerlicht?)
11. Ich suche unter den vom *CNVC* angebotenen Materialien (Audiotapes, Videos, Skripten), insbesondere was hier empfohlen wird, solche, die mich in meinen Fähigkeiten als potentielle/r Trainer/in unterstützen.
12. Ich würde mich ermutigen, bewusst folgendes zu verwirklichen: mir jeden Tag Zeit dafür zu nehmen, um festzustellen, wofür ich im Leben Dankbarkeit empfinde. Zeit auch, um mein Mitgefühl und meine Selbstwahrnehmung zu vertiefen.

VII. Empfohlene Materialien

- **Nonviolent Communication: A Language of Life** by Marshall Rosenberg. (Book, comprehensive presentation of *NVC* basics)
- **Nonviolent Communication Workbook for Individual and Group Practice** by Lucy Leu (Workbook for 12-week curriculum to accompany Marshall's book, above)
- **Making Life Wonderful: an Intermediate Training in Nonviolent Communication** (4 Videotapes, 8 hours -- Taken from a 2-day workshop with Marshall; contains several extended role-plays)

Diese Bücher sind auch in dt. erhältlich

Andere Bücher

- Eisler, Riane, **The Chalice and the Blade**
- Glickstein, Lee, **Be Heard Now: Tap into Your Inner Speaker and Communicate with Ease**, 1998
- Kohn, Alfie, **Punished by Rewards: the Trouble with Gold Stars, Incentive Plans, A's, Praise, and other Bribes**, 1993
- Kornfield, Jack, **A Path with Heart: a Guide through the Perils and Promises of Spiritual Life**, 1993
- Lerner, Michael, **Spirit Matters**
- Muller, Wayne, **Sabbath: Restoring the Sacred Rhythm of Rest**, 1999
- Ram Dass and Bush, Mirabai, **Compassion in Action: Setting out on the Path of Service**, 1992
- Remen, Rachel Naomi, **My Grandfather's Blessings: Stories of Strength, Refuge, and Belonging**, 2000
- Nagler, Michael N., **Is There No Other Way? The Search for a Nonviolent Future**, 2001
- Nepo, Mark, **The Exquisite Risk, Daring to Live an Authentic Life**
- Ross, Rupert, **Returning to the Teachings, Exploring Aboriginal Justice**
- Wink, Walter, **The Powers That Be**

VIII. Vorschläge für eine Einführung in GFK

Wir bitten, die folgende Elemente in einen 2-2 1/2 stündigen Workshop „Einführung in GFK“ einzubauen:

1. Bereite dich vor, indem du dich konzentrierst und dich deiner Absichten erinnerst.
2. Beginne damit, dass du eine Verbindung zwischen dir und den Teilnehmenden herstellst und alle an die Verbundenheit des Lebens erinnerst.
3. Teile deine Absicht für dieses Treffen mit und sage auch, warum für dich persönlich die *Gewaltfreie Kommunikation* wichtig ist.
4. Betone die Absicht der GFK:
 - eine einfühlsame Herzensverbindung anzuregen, so dass möglichst alle Bedürfnisse erfüllt werden
 - sich mit dem Lebendigen in dir und den andern zu verbinden
 - selbst angeregt zu werden und andere anzuregen, von Herzen zu
1. Weise darauf hin, dass GFK konkrete, machtvolle Werkzeuge und ein spezielles Kommunikationsmodell umfasst, aber betone: GFK ist eine Haltung, ein Bewusstsein, ein Weg sich mit sich und anderen zu verbinden, der auf der Wahrnehmung der Gefühle und Bedürfnisse beruht.
2. Erwähne die Geschichte der GFK (ihren Begründer Marshall B. Rosenberg, der in der Zeit der amerikanischen Bürgerrechtsbewegung zu lehren begann) und ihre weltweite Verbreitung.
3. Gib spezielle Beispiel von lebensentfremdender Sprache (Wolfsprache) und zeige, wie diese in GFK überseht werden kann. Demonstriere eine Giraffeninteraktion.
4. Zeige die vier Schritte und die zwei Teile des GFK-Modells. Erkläre die Absicht der einzelnen Bestandteile, wie sie ihren Ausdruck finden und wie sie zu einem Giraffentanz zusammen gefügt werden können. Benutze die Ohren, um zu zeigen, dass wir immer vier Wahlmöglichkeiten haben, wenn wir eine schwer zu ertragende Botschaft hören.
5. Gib den Teilnehmenden die Möglichkeit, entweder schriftlich oder mündlich eine Situation einzubringen, um die Anwendung der GFK in ihrem eigenen Alltag zu üben. Benütze die Situationen der Teilnehmenden, um noch mehr über die GFK weiter zu veranschauen.
6. Bitte um Feedback, speziell darum, was für dich nützlich ist. Bitte um schriftliche Auswertungen.
ZertifizierungskandidatInnen: siehe auch Anlage „Feedback von Teilnehmenden“
7. Mache Vorschläge, wie die Teilnehmenden ihre Fähigkeiten und ihr Bewusstsein der GFK weiter entwickeln können. Informiere

sie über lokale Gruppen, Workshops und Übungsmöglichkeiten, über Material und *CNVC*.

III VORLAGEN

IX. Trainingsliste

Stelle die Veranstaltungen zur *GFK* zusammen, bei denen du ein Training angeboten hast. Bitte nummeriere die Liste, bevor du sie vorlegst.

Name	Seite
Bezeichnung des Trainings	
Datum	
Gesamtstundenzahl	Teilnehmerzahl
Ort	
Warst du Trainingsleiterin oder Co-Trainerin oder hast du bei dem Training assistiert?	

Andere Trainingsleiter/innen oder Trainer/innen

- In welcher Weise warst du mit der Leitung der Veranstaltung zufrieden oder unzufrieden?
- Was zählte für dich bei dieser Veranstaltung oder Leitung besonders?
- Was war für dich leicht oder schwierig?
- Was hättest du gerne anders gemacht?
- Was würde es für dich bedeuten, es das nächste Mal anders machen zu können?
- Was hast du bei dieser Trainingsleitung gelernt?

X. Allgemeines Feedbackformular

siehe Anhang

XI. Feedbackformular für Teilnehmende

siehe Anhang

ASSESSMENT

XII. Beschreibung eines Assessmentgesprächs

Die Assessment Session, die aus einer Reihe von Tätigkeiten besteht, die durch Feedbacks unterbrochen werden und denen jeweils eine Auswertung folgt, dauert erfahrungsgemäß drei bis fünf Stunden. Unter Tätigkeiten sind vor allem Rollenspiele gemeint, die im Teil „Rollenspiele“ beschrieben sind und in denen der Kandidat oder die Kandidatin die Rolle der „Giraffe“ übernimmt.

Eine Liste von Konzepten und Prozessen, einschließlich der Schlüsselqualifikationen und der häufig gestellten Fragen ist im Teil A aufgeführt.

Der Assessor oder die Assessorin wird vor allem der Frage nachgehen, wie die Kandidaten einige dieser Konzepte und Prozesse verstanden haben. Es sind drei Bereiche:

- a) Die mündliche Erklärung dieser Konzepte und Prozesse, wobei die Erinnerung daran, die Klarheit und das Vorstellen anhand von Beispielen, die die verschiedenen Punkte verdeutlichen, wichtig sind.
- b) Deine Demonstration durch Rollenspiele macht deutlich, wie du diese Prozesse anwendest.
- c) Deine Integration dieser Prozesse in Livesituationen, bezogen auf den Umgang mit dir selbst und dem Assessor/ der Assessorin während des Assessmentgesprächs.

Teil I. ASSESSMENT AKTIVITÄTEN

Während des Assessmentgesprächs kannst du z.B. gebeten werden:

1. Ein Rollenspiel deiner Wahl
2. Einen wichtigen Aspekt der *GFK* vorzustellen
3. Fragen zu Konzepten und Prozessen der *GFK* zu beantworten
4. Zu zeigen oder zu beschreiben, wie du dir in bestimmten Situationen Selbstempathie gibst oder wie du einen inneren Konflikt bearbeitest
5. Auf das Feedback des Assessors/der Assessorin zu antworten (auch wenn es ein möglicherweise unerfreuliches Feedback ist)
6. Bestimmte Rollenspielsituationen (A13, B4, C1, C7) zu bearbeiten
7. Einen ungelösten Konflikt, den du mit jemand hast, zu beschreiben
Ein "Konflikt" kann irgendeine Situation sein, in der dein Herz sich gegenüber einer anderen Person bis zu einem gewissen Grad verschlossen hat.
8. Die „Giraffenrolle“ in einem der „Rollenspielsituationen“ aus Teil II zu übernehmen.
9. Sich selbst einzuschätzen, sowohl allgemein als auch im Assessmentprozess.

10. Den Assessmentprozess auszuwerten.

Teil II: Rollenspielsituationen

Diese Rollenspiele sind in der Kategorien aufgeteilt:

(A) Allgemeine zwischenmenschliche Situationen, die Familienmitglieder, PartnerInnen, Freunde/-innen, KollegInnen, NachbarInnen... betreffen

(B) *GFK*-Trainersituationen, wo du ein *GFK*-Training leitest oder organisierest

(C) Situationen die „Social change“ betreffen, wo du zu einer Veränderung der Haltung oder des Umgangs bei bestimmten Gruppen, Einrichtungen oder Organisationen beitragen willst oder sie bewirken willst .

Wir hätten gerne, dass du in diesen Rollenspielsituationen die Fähigkeit hast, im *GFK*-Bewusstsein zu bleiben, dass du wählst, ob du empathisch wirst oder dich selbst äuserst und dabei mit Gefühlen und Bedürfnissen verbunden bleibst. Wir erwarten in keiner dieser Situationen eine vollständige Lösung.

A Allgemeine zwischenmenschliche Situationen

1. Du bist Vater, Mutter oder Lehrer/in und siehst, wie ein fünfjähriges Kind einen Stein in seinen Händen hält, um ihn einem anderen Kind auf den Kopf zu werfen. Was würdest du zu einem oder zu beiden Kindern sagen?

2. Du gehörst zu einem Team, das einen Flyer für eine öffentliche Veranstaltung entwirft. Als du dann die endgültige Fassung ausdrückst, veränderst du ein paar wenige Dinge. Du hältst sie für unbedeutend, aber für ein anderes Teammitglied sind sie äußerst wichtig. Je mehr du dein Vorgehen erklärst, umso wütender wird der andere. Er schreit, gestikuliert vor deinem Gesicht und seine Stimme ist im ganzen Haus zu hören.

3. Dein Chef sagt zu dir: „Sie arbeiten ziemlich nachlässig in letzter Zeit. Ich bin nicht sicher, ob ich Sie hier weiter brauchen kann.“

4. Du hast einen Satz Tontöpfe gekauft, in die du Blumen pflanzen möchtest.

Als du zu Hause die Packung aufmachst, verbröckelt dir ein Topf geradezu unter den Fingern. Du bringst den ganzen Satz zurück ins Geschäft, um ihn umzutauschen. Der Verkäufer sagt ungerührt: „Das ist kein fehlerhaftes Stück, denn es war einwandfrei, als sie es kauften. Es tut mir leid, aber da kann ich nichts machen.“

5. Dein Chef verlangt von dir, dass du ein Projekt aufgibst, an dem du mit großem Engagement arbeitest, und möchte, dass du eine andere Arbeit beginnst. Als du ihn nach dem Grund fragst, geht er zwar darauf ein, behauptet aber, dass der Auftraggeber diese Art von Projekten nicht mehr unterstützt. Du hast den Eindruck, dass er nicht die Wahrheit sagt.

6. Dein zehnjähriger Sohn weigert sich, sich vom Arzt eine Spritze geben zu lassen. Du versuchst ihm Einfühlung zu geben und sagst: „Hast du Angst, weil du gerne möchtest, dass dir der Schmerz erspart bleibt? Ärgerst du dich, weil du lieber mit deinen Freunden in die Stadt gehen würdest? Fühlst du...“. Da unterbricht dich dein Sohn mit einem Ausdruck von Abscheu: „Mutter, kannst du dir eigentlich vorstellen, wie dumm es klingt, wenn du so redest?“

7. Du fährst mit dem Fahrrad, als plötzlich die Tür eines parkenden Autos aufgeht. Du kannst gerade noch ausweichen, ohne getroffen zu werden und zu stürzen. Als du feststellst, dass du nicht verletzt, aber sehr erschrocken bist, möchtest du dem Autofahrer sagen, wie es dir geht und welches Verhalten du von Autofahrern erwartest. Du willst gerade anfangen, als dieser ruft: „He, Sie fahren hier aber wirklich schnell!“

8. Du hast deine neuen Nachbarn zum Abendessen eingeladen und Ihnen dann geholfen, sich einzurichten. Du hast ihnen gerne geholfen, besonders weil sie schon etwas älter sind und nur schlecht Deutsch sprechen. Aber nun kommen sie jeden Tag vorbei, bleiben länger als es dir lieb ist, beschreiben unzählige Probleme und bitten um Hilfe. Du wirst ungeduldig; du möchtest, dass ihre Besuche aufhören, bist aber nervös und unsicher, wie du das sagen kannst, ohne sie zu kränken.

9. Du bist ein Lehrer und deine Partnerin sagt, dass sie eifersüchtig werde, wenn so viele Studentinnen dich nach dem Unterricht aufsuchen und um besondere Anleitung bitten. Du gibst deiner Partnerin Einfühlung und sagst ihr, dass du dich von keiner Studentin angezogen fühltest und es dir niemals einfallen würde, dich mit einer von ihnen außerhalb deiner Tätigkeit als Lehrer einzulassen. Deine Partnerin schaut dich an und sagt ohne mit der Wimper zu zucken: „Ich glaube dir kein Wort.“

10. Du bist der Besitzer einer Autowerkstatt und beschäftigst eine Handvoll Mechaniker und Hilfskräfte. Einer der Hilfsarbeiter kommt zu dir und seufzt: „Ich mache hier nur die Drecksarbeit. Manchmal fühle ich mich wie ein Kuli, der nichts anderes tut als arbeiten.“

11. Du arbeitest in einer Fabrik, in der es Spannungen zwischen den Aufsichtführenden und den Arbeitern gibt. Du kannst dich in beide einfühlen, sowohl in die Kontrolleure als auch in deine Arbeitskollegen. Als die Spannungen zu eskalieren drohen, siehst du dich eines Tages drei deiner Arbeitskollegen gegenüber. „Hör auf, es mit beiden Parteien zu halten“,

sagen sie, „Du hältst entweder zu uns oder zum Chef, entscheide dich!“.

12. Zwei deiner Freundinnen haben einen Konflikt. Eine kommt zu dir. Du hörst ihr zu und gibst ihr Einfühlung. Am nächsten Tag ruft dich die andere Freundin an und sagt: „Was für eine Freundin bist du, redest über mich hinter meinem Rücken? Ich möchte, dass du dich bei mir entschuldigst oder du siehst mich nie wieder. Und nicht nur so eine lasche Giraffen-Entschuldigung, ich möchte eine richtige ehrliche Entschuldigung. Du hast mich als Freundin hintergangen und ich möchte, dass du sagst: es tut mir leid!“

13. Deine Freundin sagt: „Meine Tochter spricht seit zwei Jahren nicht mehr mit mir. Ich fühle mich minderwertig.“

B Situationen, die für TrainerInnen der GFK vorkommen können

1. Du begegnest einem Mann, dessen Frau bei dir in der Übungsgruppe ist. Er grüßt dich zögernd und sagt dann: „Wissen Sie, ich hatte nichts dagegen, als wir dieses Giraffenzeug anfangen, aber ich muss zugeben, dass ich inzwischen entsetzt bin.“

Peggy war immer eine liebevoll sorgende Frau - verantwortungsvoll und rücksichtsvoll gegenüber allen, die um sie sind. Jetzt kümmert sie sich nur noch um sich selbst und wenn ich ihr sage, dass sie für mich und die Kinder sorgen soll, dann zitiert sie nur dieses Giraffenzeug, das sie in Ihrer Gruppe lernt. Wissen Sie, dass unsere Familie auseinander bricht?“

2. In einem Seminar bittest du einen Teilnehmer bei einem Rollenspiel, ein Gefühl auszudrücken. Der Teilnehmer antwortet: „Ein Gefühl?...hm,zurückgewiesen: Ich fühle mich zurückgewiesen.“

3. Nachdem ein Teilnehmer zugesehen hat, wie du die Wolfshandpuppe eingeführt und eine dem Leben entfremdete Kommunikation demonstriert hast, sagt er: „Sie können natürlich sagen, dass Sie diese Tiere symbolisch benutzen, aber wenn Sie Wölfe auf diese Weise präsentieren, verletzen Sie schließlich alle wirklichen Wölfe, die auf unserem Planet leben. Es ist nicht gerade verantwortungsbewusst, sich in einem Training, in dem es um Mitgefühl gehen soll, in dieser Weise zu verhalten.“

4. Ein Seminarteilnehmer sagt: „Ich stimme Ihnen nicht zu. Manchmal brauchen Kinder Strafe, um zu lernen. Ich meine natürlich nicht harte oder körperliche Strafe. Aber als Eltern und Erzieher müssen wir die Verantwortung wahrnehmen, Kinder zu bestrafen, wenn es nötig ist.“

5. Ein Seminarteilnehmer sagt: „Was Sie uns hier vorstellen ist ja gut und schön, theoretisch, aber normale Leute sprechen nicht so.“

6. Ein Seminarteilnehmer sagt: „Ist dies nicht eigentlich eine Philosophie der Selbstsucht? Ich meine, es ist ständig die Rede von **meinen** Gefühlen, **meinen** Bedürfnissen.....Manchmal müssen Sie auch an andere Menschen denken und tun, was richtig ist, und sich nicht dauernd auf das konzentrieren, was **Sie** brauchen oder fühlen. Es **gibt** nun einmal Dinge, die richtig oder falsch sind.“

7. Nachdem er dir zugehört hat, wie du Wege aufgezeigt hast, auf denen die *Gewaltfreie Kommunikation* zum Leben beiträgt, ruft ein Seminarteilnehmer: „Wow, kann sie mir auch helfen abzunehmen?“

8. Während eines Seminars, das du leitest, sagt ein Teilnehmer: „Ich kann einfach nicht glauben, dass jeder die gleichen Bedürfnisse hat. Manche Leute kümmern sich wirklich nur um sich selbst.“

9. Bei einer Veranstaltung über die *Gewaltfreie Kommunikation* sagt jemand: „Dieser Marshall Rosenberg klingt wie ein neuer New Age Guru.“

10. Ein Seminarteilnehmer sagt: „Mir gefällt wirklich alles, was Sie uns über die *Gewaltfreie Kommunikation* nahe bringen. Es ist ein großartiger Prozess. Ich möchte nur eines bemerken:in diesen spontanen Rollenspielen von Ihnen...ich meine, sogar Ihre Trainer konnten manchmal kaum ein Wort herausbringen... oder einen Satz sprechen ohne zu stottern. Ich frage mich....kann man überhaupt jemals diese *Gewaltfreie Kommunikation* beherrschen,.....ist das denn überhaupt möglich?“

11. Während eines Seminars mit etwa 20 Leuten meldet sich ein Teilnehmer: „Wissen Sie, das ist exakt das, was ich kürzlich gelesen habe. Es gibt eine ganze Schule, die genau das unterstützt, was Sie sagen. Der einzige Unterschied ist, dass die, wenn sie über "Beobachtung" sprechen, mehr darunter verstehen, als Sie. Es ist mehr wie Wahrnehmung, aber eigentlich ist es noch mehr als das, weil Wahrnehmung nur mental gemeint ist, hier geht es aber um Wahrnehmung durch die Sinne und wissen Sie, ich glaube....wird nicht im Buddhismus sogar das Denken als eine Sinneswahrnehmung betrachtet? So dass, wenn wir in diesem Sinn über Beobachtung reden, wir auch Gerüche und Gedanken wahrnehmen und das bedeutet, dass.....(so geht es weiter).“

12. Bei einer kirchlichen Veranstaltung, wo es um Täter-Opfer-Ausgleich und *GFK* geht, fragt jemand: „Erklären Sie mir, wie kann *GFK* Opfer von Raubüberfällen heilen?“

13. Nach dem ersten Tag eines Workshops kommen zwei Teilnehmerinnen

zu dir und geben dir folgendes Feedback: „Wir finden nicht, dass wir hier viel lernen. Es kommt uns vor, als wären Sie noch nicht sehr vertraut mit der *GFK*. Uns gefiel der letzte Workshop mit der anderen Trainerin, die Sie heute hier vertreten, eben sehr gut. Gibt es eine Möglichkeit, dass sie morgen hier sein kann?“

14. Ein Seminarteilnehmer sagt: „Was ist eigentlich der Vorteil davon, auf diese Weise zu kommunizieren? Ich habe in der Vergangenheit ähnliche Techniken versucht und mir scheint, als wäre ich mit all dem "ich - fühle - wie - dies - du - fühlst - wie - das" festgefahren, wir kommen nirgends an und nichts ist gelöst. Wir beide hatten gerade ein ganz gutes Gespräch; was wäre anders gewesen, wenn wir es im Sinn der *GFK* geführt hätten anstatt auf die normale Art, wie wir es gerade taten?“

15. Eine Seminarteilnehmerin sagt: „Nehmen wir an, ich hätte einen Sohn im Teenager-Alter, der total rebellisch ist. Er ist nicht bereit, auch nur irgendetwas zu tun, um das ich ihn bitte. Wie kann ich an ihn herankommen?“

16. Bei einer Veranstaltung über *GFK* sagt jemand von einer anderen Organisation: „Ich höre, dass Ihre Organisation selber ein ganz schönes Durcheinander ist..... Leute, die einander an die Kehle gehen, einander loswerden wollen, Entscheidungen gefällt werden, die eine Menge Leute nicht mit einbeziehen.... Ich meine, wie kommen Sie dazu, zu glauben, dass dies für uns funktioniert, wenn es noch nicht einmal bei Ihnen klappt?“

17. Bei einem Seminar über *GFK* in einer Gemeinde platzt ein Teilnehmer heraus: „Was meinen Sie, wenn Sie sagen, dass "Plagegeist" eine Etikettierung für ein Kind ist? Was meinen Sie, wenn Sie sagen, es gäbe so etwas wie einen „Plagegeist“ nicht! Ich kann Ihnen einige davon in meiner Nachbarschaft zeigen. Ihr solltet aufwachen und realisieren, dass Euer sogenanntes Mitgefühl unsere Kinder in Gefahr bringt!“

18. Bei einer Veranstaltung über *GFK* sagt jemand: „Wie kommt Ihr dazu, soviel für Eure Seminare zu verlangen? Ist das Ganze ein Geschäft?“

C: Situationen, die den gesellschaftlichen Wandel betreffen

1. Stell dir eine Organisation vor (Schule, Krankenhaus, Polizei o.ä.), wo du gerne eine Veränderung herbeiführen würdest, indem du eine Einführung in die *GFK* gibst. Du hast einen Termin mit dem Leiter dieser Organisation bekommen, um mit ihm ein Vorgespräch zu führen. Nach einer kurzen Begrüßung fragt er dich folgendes: „Was ist "Gewaltfreie Kommunikation"? Was kann sie bei uns bewirken?“.

2. Denke an ein für dich wichtiges politisches oder gesellschaftliches Thema (Todesstrafe, Abtreibung, Militäreinsätze, Rechte für Homosexuelle, Asylrecht u.ä.)

Stelle dir eine Gruppe vor, die eine völlig andere Einstellung zu dem Thema hat als du und versuche in einem Rollenspiel mit jemandem aus dieser Gruppe einen Dialog.

3. Versuche einen Dialog mit einem jungen Rechtsextremisten, der sich strikt gegen jede Einwanderung von Ausländern und deren Integration bei uns, gegen Asylgewährung und für konsequente Abschiebungsverfahren ausspricht.

4. Während eines der regelmäßigen Treffen deiner Übungsgruppe sagt jemand: „Ich hätte gerne, dass wir uns auf zwischenmenschliche Kommunikation konzentrieren. Ich befürchte, dass wir das Wesentliche der *GFK* aus den Augen verlieren, wenn wir unsere Aufmerksamkeit so stark auf die gesellschaftliche Veränderung richten. Wir sind keine politische Organisation. Wir haben sehr unterschiedliche Anschauungen hier, aber ich glaube, dass wir politisch neutral bleiben müssen, um die Arbeit zu tun, die uns an diesen Abenden wichtig ist, nämlich *GFK* zu üben.“

5. Du würdest gerne mit dem Chef einer Organisation sprechen, dessen Verhalten deiner Meinung nach Schaden anrichtet. Du möchtest einen Termin vereinbaren, die Sekretärin antwortet am Telefon: „Wir verstehen Ihre Position und ich werde sie weitervermitteln. Wir schätzen Ihre Anregung und danken für Ihr Interesse.“

6. Du triffst dich mit einigen Leuten, um auf eine Angelegenheit Einfluss zu nehmen, die große Bedeutung für euch alle hat. Während ihr über die Maßnahmen der Regierung (Gruppierung, Organisation) spricht, die im Widerspruch zu euren Werten stehen, sagt eine Person neben dir: „Diese Leute kümmern sich doch das alles nicht, sie haben nichts anderes im Sinn als persönlich Macht zu gewinnen.“

7. Dein Team wurde gebeten, einen Vorschlag für ein Training zusammenzustellen, das für ein ganzes Schulsystem von Bedeutung sein soll. Ihr habt euch ein paar Mal getroffen, um das Training zu planen. Heute findet das letzte Treffen vor dem Termin statt, an dem der Vorschlag abgegeben werden soll und ihr habt noch eine Reihe von Punkten zu behandeln. Als die Diskussion heiß wird, sagt eine Teilnehmerin: „Ich habe Angst, das zu sagen, aber ich brauche wirklich Einfühlung im Moment. Mir kommen in dem Zusammenhang eine Menge Geschichten in den Sinn und ich kann mich an der Diskussion im Augenblick nicht beteiligen. Ich weiß, dass wir einen Abgabetermin haben, aber ich finde es wichtiger, dass wir im Einklang mit den Grundsätzen der *GFK* handeln.“

Allgemeiner Feedbackbogen

Für _____
(Name des Kandidaten/der Kandidatin)
Feedback von (Name)

E-Mail/Telefon _____
Beziehung zum Kandidaten/zur
Kandidatin _____
Datum _____

Im Rahmen des Vorbereitungsprozesses ein/e cnvc-zertifizierte/r Trainer/in zu werden, werden die KandidatInnen ermutigt, sich Feedback von anderen GFK-Gruppenmitgliedern, von MentorInnen, KollegInnen, NachbarInnen und FreundInnen zu holen, um ihre zunehmende Selbsterkenntnis zu unterstützen. Bitte antworte NUR auf die Punkte, in welchen du eine relevante Erfahrung mit dem Kandidaten/der Kandidatin gemacht hast. Beschreibe kurz eine spezifische Beobachtung (was hat der Kandidat/die Kandidatin gesagt oder getan?), und welche deiner Bedürfnisse waren dabei erfüllt oder unerfüllt in Bezug auf einen der folgenden Bereiche:

- 1) Lehrt und zeigt GFK-Konzepte effektiv.
- 2) Kommuniziert klar und prägnant.
- 3) Drückt Verständnis und Empathie anderen gegenüber aus, insbesondere dann, wenn es emotional schwierig ist, dies zu tun.
- 4) Bezieht sich ehrlich auf sich und andere, ist verbunden mit eigenen Gefühlen und Bedürfnissen und kann diese ausdrücken.
- 5) Ist fähig, mit sich selbst in Verbindung zu bleiben, wenn er/sie „negatives“ Feedback erhält.
- 6) Bemerkt, wenn sich das eigene Herz verschließt oder der Wunsch auftaucht, jemand anderen zu verletzen, entscheidet sich aber bewusst in Einklang mit den eigenen Werten zu sprechen und zu handeln.
- 7) Ist fähig beiden Seiten eines Konflikts Verständnis und Unterstützung entgegen zu bringen; trägt in Situationen von Anspannung und Entfremdung zu Klarheit und Versöhnung bei.
- 8) Zeigt Flexibilität (d.h. die Fähigkeit, ein bestimmtes Ergebnis los zu lassen)
- 9) Ist verlässlich: macht, hält und bricht Vereinbarungen sorgsam, bewusst und verantwortungsvoll.
- 10) Ist präsent: physisch, emotional und mental
 - Zeigt physisches Durchhaltevermögen, um fähig zu sein ein mehrere Tage dauerndes Training aktiv zu gestalten ohne einen bedeutsamen Abfall der Energie oder der Fähigkeit zu funktionieren zu erleben.
 - Ist emotional zentriert und präsent anderen gegenüber (oder dem, was gerade in der Gruppe passiert) ohne abgelenkt oder überwältigt zu sein oder das Bedürfnis zu haben, die Gruppe bzw. den Kontakt zu verlassen. Ist fähig, sich effektiv Selbstempathie zu geben, benötigt nicht auf der Stelle Empathie von anderen, um weiter die Aufmerksamkeit in der Gruppe zu halten.
 - Besitzt mentales Durchhaltevermögen, um die Aufmerksamkeit über einen Tag hinweg zu halten, ohne den Drang, sich zurück zu ziehen (außerhalb der vorgesehenen Pausen).

übersetzt von Brita Schirmer

Teilnehmer Feedback

Name des Zertifizierungskandidaten/der -kandidatin

Feedback von (Name) _____

E-Mail/Telefon _____

Im Rahmen des Vorbereitungsprozesses ein/e cnvc-zertifizierte/r Trainer/in zu werden, werden die KandidatInnen ermutigt, sich Feedback von TeilnehmerInnen ihrer Übungsgruppen oder Trainings zu holen.

Titel des

Seminars _____

Datum _____

Ort _____

War der Kandidat/die Kandidatin (bitte einkreisen)

(a) einzige/r Trainer/in

(b) Co-Trainer/in

(c) Assistenz?

1. Wie hilfreich war dieses Training (oder der Beitrag des Kandidaten/der Kandidatin zum Training)?

Auf welche Weise war es hilfreich?

Auf welche Weise könnte es verbessert werden?

2. Auf welche Weise warst du zufrieden oder nicht zufrieden mit der Art wie die Kandidatin/der Kandidat Material präsentiert hat oder auf deine Fragen und Anliegen geantwortet hat?

Was genau tat oder sagte der Kandidat/die Kandidatin, das zu deiner Zufriedenheit oder Unzufriedenheit beigetragen hat?

3. Wie wohl und verbunden hast du dich auf diesem Training gefühlt und was, wenn überhaupt etwas, hat der Kandidat/die Kandidatin zu dieser Erfahrung beigetragen?

übersetzt von Brita Schirmer