

Aufrichtige, klare und einfühlsame Kommunikation: GfK am Arbeitsplatz

Ein Seminar mit Trainern und Marshall Rosenberg (übersetzt)
Vom 12. bis 14. Juni 2004

-----<<<<<>>>>-----

Macht und Menschlichkeit im sozialen Wandel
Empowerment durch Empathie
in hierarchischen Systemen – aber wie?

Für alle, die fragen und üben möchten -
für alle, die skeptisch sind, wie GfK im Business funktionieren kann -
für alle, die's trotzdem erfahren
und sich ihr eigenes Bild machen wollen -
für alle, denen GfK lebendig und leichter im Blute fließen will -
und alle, die sich damit nachhaltig anstecken wollen

Meine Arbeitszeit ist meine Lebenszeit

Absichten, Inhalte und Gestaltung des Seminars

Am Samstag bieten uns erfahrene TrainerInnen eine Auswahl ihrer ganz persönlichen Ansätze zum Thema <GfK in Arbeitsbeziehungen> an. Als Kleingruppen erleben wir jede/n während einer Sequenz von ca. 2 ½ Stunden einzeln und - uns selbst - in vielfältiger Lernatmosphäre. So erhalten wir in nur einem Tag eine reiche GfK-Palette an Übungschancen und Anwendungsalternativen zur Klärung aktueller Konfliktsituationen im Beruf.

Die zwei folgenden Tage verbringen wir mit Marshall Rosenberg im Plenum. Da verarbeiten wir Aufgedecktes & Angedachtes vom Vortag aus unseren individuellen Berufsfeldern. „Jede Struktur hat ihre eigene Spiritualität“ (MR). Gelegenheiten genug, anteilnehmend Herz und Geist zu nähren. Marshall begleitet jede/n im Prozess, will mit uns weiter gehen und ausgearbeitete, gelöste und die daraus neu entstandenen Themen vertiefen.

Gegenseitig und in seiner Präsenz – fördern wir unsere Fähigkeit für den Aufbau und die Pflege wertschätzender, fairer Arbeitsbeziehungen. Wir üben unsere bejahende Haltung gegenüber dem was im Moment «ist» und vergrössern unsere Gewissheit, dass jedes Verhalten gute Gründe hat.

Wir ermutigen uns in den Künsten der Selbstempathie, der Vertrauenssprache (statt der Schutz- und Abwehrmechanismen) und darin, nichts über mein Gegenüber „wissen“ zu müssen, um wirklich präsent zu sein und mitzufliessen mit dem <lebendigen Leben>.

Wir gehen Ihren und diesen Fragen nach:

- Was macht die spagatbeinige Giraffe unter Zeitdruck?
- Wie setzt die engagierte Giraffe Leadership und Kreativität in Konfliktsituationen ein?
- Wann beschliesst die ungehörte Giraffe zu schreien?
- Womit weckt die gewiefte Giraffe Handeln im Interesse der Gruppe?
- Wohin mit dem Wolfsgeheul?
- Wie kombiniert die geistreiche Giraffe Effizienz und Berührtheit?
- Wodurch erhält sich unter anderen die Schul-, Spital- und Familienbetriebs-Giraffe ihren Schwung, ihre Lebenslust und Kraft?
- Wie findet die verstummte Giraffe aus ihrer Sprachlosigkeit?
- Wodurch zeigt die freie Giraffe Empathie gegenüber Höhergestellten?
- Wann lässt sich die humorvolle Giraffe herbei, leichtfüssig zu kicken?
- Woran ist zu erkennen, dass die Giraffe jede Situation zu Gunsten aller Beteiligten einschätzt?
- Womit misst und woran «sichert» die kundige Giraffe «Qualität»?

Organisatorisches

Das Seminar findet an zwei Orten statt, die nahe beieinander liegen.

Am Samstag treffen wir uns in der Praxis Rehsteiner, Dorfstrasse 10 in Bubikon, drei Gehminuten vom Bahnhof Bubikon weg und erreichbar mit der S5 von Zürich her.

Wir beginnen um 10 Uhr. Zur Mittagszeit wollen wir picknicken. Wenn jede/r ein Essen für eine Person mitbringt, gibt es ein buntes Überraschungs-Bufferet. Getränke stehen zur Verfügung. Die Praxis bietet genügend Räume für ungestörtes Gruppenarbeiten.

Der Abend kann nach Wunsch gestaltet werden. Die Umgebung offeriert einige gemütliche Orte. Sogar einen kleinen romantischen See im Naturschutzgebiet, der zum Baden und Grillieren einlädt.

Das Hotel «Hasenstrick», in dem die beiden nächsten Seminartage stattfinden, ist nur 10 Autominuten entfernt. Hier liegt einem das ganze Zürcher Oberland zu Füssen. Der Service im Haus ist sehr zuvorkommend, die Räume sind schön; so dass Sie sich gewiss willkommen, wohl und zu Hause fühlen können.

Adressen

- Praxis Rehsteiner, Dorfstrasse 10, CH-8608 Bubikon
- Höhenstrasse 15, CH-8342 Hasenstrick, Telefon +41 (0) 55 250 52 52, Fax +41 (0) 55 250 52 00, info@hasenstrick-hotel.ch

Seminarzeiten

- Samstag: 10 Uhr bis 19.30 Uhr
- Sonntag: 10 Uhr bis 18.30 Uhr
- Montag: 9 Uhr bis 17.30 Uhr

**Einige wichtige Informationen für alle TeilnehmerInnen & eine
Zusammenstellung der Kosten für das Seminar vom 12. – 14. Juni 2004
mit TrainerInnen und Marshall Rosenberg**

Für TeilnehmerInnen, die nur einen bis zwei Tage am Seminar dabei sein können

Samstag allein	420.- Fr. (plus Picknick)	Samstag & Sonntag	750.- Fr.
Sonntag allein	450.- Fr.	Sonntag & Montag	770.- Fr.
Montag allein	450.- Fr.	Samstag & Montag	750.- Fr.
Alle drei Tage	870.- Fr.	(Alles Seminarkosten ohne Übernachtung)	

Samstag, den 12. Juni 2004 **von 10 – 19.30 Uhr** **420.- Fr.**

In Kleingruppen à 10-12 TN erkunden, er-spielen, erproben und erfahren wir verschiedene Ansätze zum Thema: >GfK in Arbeitsbeziehungen< mit versierten TrainerInnen. (Siehe Programm & TrainerInnen)

Das wird ein fundiertes, straffes und abwechslungsreiches Tagesprogramm mit einer reichen Palette an Übungschancen und Anwendungsalternativen in sehr vielfältiger Lernatmosphäre.
Es findet an der Dorfstrasse 10 in meiner Praxis in 8608 Bubikon statt. 3 Gehmin. vom Bahnhof weg.

Während des Mittagessens und in der Abschlussrunde, natürlich auch für die, welche den Abend gemeinsam verbringen möchten (am nahen See od. oben im Hotel) ergibt es sich, miteinander nach Herzenslust auszutauschen – auch unter den TrainerInnen, die vorher dazu ja keine Gelegenheit hatten.

Ich bitte Sie alle, etwas zum Picknicken mitzubringen.

Sonntag, den 13. Juni 2004 **von 10 – 18.30 Uhr** **450.- Fr.**

Mit Marshall im Plenum.

Wir sind darauf bedacht, die **Zeit möglichst viel zum Üben** zu verwenden : Wie die meisten wissen, ist dafür die Initiative jeder/s einzelnen gefragt. Marshall arbeitet mit denen, die bereit sind, zu > spielen < und das Wagnis eingehen, sich zu melden, um sich in eine Situation **vollkommener Präsenz** zu begeben, wo wir nicht wissen, was auf uns zukommt ... niemand soll meinen, das sei für > alte GfK - Hasen < einfacher als für andere!

Im Hotel wird um 19 00 Uhr das Nachtessen serviert, für die, die über Nacht bleiben und die, die sich da hinzugesellen möchten.

Montag, den 14. Juni 2004 **von 9 – 17.30 Uhr** **450.- Fr.**

Mit Marshall im Plenum.

Mit neuem Schwung in den dritten Tag.

Wer nach dem Seminar noch im Hotel essen will, möchte dies bitte **s e l b s t** möglichst früh an der Reception oder besser noch Frau Bertsch mitteilen – wegen der Platzreservation.

Wir bitten alle, sich möglichst eine Viertel Stunde vor Seminarbeginn am jeweiligen Kursort einzufinden als Zeichen des Respekts, damit wir pünktlich beginnen können. Dies im Namen aller TrainerInnen, in Marshalls Namen, dem des >Hasenstrick< - Personals und in dem der Seminarorganisation

mit herzlichem Dank dafür und freundlichen Grüßen
von Linda Grace Rehsteiner

Mitte April 2004

Zu den Trainern und Trainerinnen am 12. Juni 2004 und zur Übersetzerin vom 13. und 14. Juni 2004

Es freut mich sehr, dass sich 4 Trainer und Trainerinnen für den 12. Juni 2004 leicht hatten finden lassen können, und die sich dazu bereit erklärten, für mein verfügbares Budget den ersten Tag dieses *besonderen Seminars* <GfK am Arbeitsplatz>, zu übernehmen. Ich kenne sie alle persönlich über längere Zeit und habe den Umgang mit ihnen vom ersten Tag an schätzen gelernt. Die Art, wie sie GfK praktizieren, auch in den alleralltäglichsten Begegnungen, wo immer sie sich befinden, ist für mich beispielhaft und hat mir entscheidend zu meiner Wahl verholfen. Dafür möchte ich ihnen im voraus danken und stelle sie Ihnen/Dir nun gerne vor. Es sind dies folgende Frauen und Männer :

- Monica Strickler <http://www.stricklercoaching.ch>
erkennen – aktivieren – entwickeln
- Hans-Peter Korn <http://www.korn.ch>
Coaching, Consulting, Training, Projekte für mehr
„Lösungs-Spiel-Raum®“ im Berufs- und Privatleben
- Andreas Basu und Eva Elsinger
Andreas.basu@gmx.de und
Eva.elsinger@hartmann-online.de

Monica habe ich über ein Jahr in meiner Übungsgruppe erlebt. Sie war und ist mir Vorbild darin, welch grossen Wert sie auf gelebte GfK legt. Diese Haltung sehe ich ihren drei Kindern (18,15 und 12) an und erfahre diese ebenso. Ein Genuss, dieser achtsame, klare und ehrlich wie auch humorvoll herzliche Umgang, den Mutter, Vater und Jugendliche in aller *P a r t n e r s c h a f t* miteinander pflegen! Das macht mir Eindruck und Hoffnung, wo ich als langjährige Oberstufenlehrerin zur genüge elterliche Ratlosigkeit und das totale am Anschlag-Sein habe mit ansehen müssen. Monica wirkt stets ermutigend. In ihrer Kunst des Fragenstellens, Optionen in Betracht ziehend, begleitet sie Menschen, immer den eigenen Weg zu gehen. Dabei wirkt nichts aufgesetzt, nein – das alles kommt ganz natürlich daher, als ob sie von nichts anderem wüsste. Ich fühle mich privilegiert, Monica kennen gelernt zu haben.

Hans-Peter habe ich erstmals in Hohenkammern am GfK-Kongress angetroffen. Ich war von der Tiefe und Wirksamkeit der „Lösungs-Spiel-Räume“ begeistert. So, dass ich durch unser Juni-Seminar mit Marshall zur Verbreitung dieser Form, gewaltfreie Kommunikation realitätsnah handelnd zu erleben, beitragen möchte. Seit dem Kongress haben wir öfters telefoniert und uns getroffen. Sein „Lösungs-Spiel-Raum“ ist mehr als ein „Rollenspiel-Training“: Es ist die lösungsfokussierte Anwendung (i.S. von Shazer) der Methoden des Soziodramas und Psychodramas (i.S. von Moreno und Boal). So etwa werden in einem „sur-plus-realen“ Raum mehr als bloss die zwei bis drei „Dialog-Spieler“, sondern auch weitere Personen als „Zu-Schau-SpielerInnen“ aktiv einbezogen. Etwa in Gestalt eines, die „Dialog-Spieler“ unterstützenden „Chorus“ oder in Gestalt der „wölfischen“ und „giraffischen“ inneren Stimmen.

Andreas, Eva und ich besuchten zusammen 2002/2003 den „Trainerweiterbildungsweg“ bei Klaus Karstädt und Friederike Kahlau. Die kreative und zu Wachstum anregende Lernatmosphäre, sowie die echten Herausforderungen am Erschaffen wertschätzender Verbindung in konfliktträchtigen Situationen innerhalb der Gruppe, schmiedete unter uns ein lebendiges Band, das nichts so leicht zu lösen vermag. Andy ist hauptberuflich im Management tätig und koordiniert die Zusammenarbeit bzw. schlichtet auftretende Interessenskonflikte in einem Firmenverbund von vier Unternehmen. Eva berät das mittlere Management in Alten- und Seniorenheimen beim Einsatz von Pflegeprodukten. Dabei findet sie sich häufig im Spannungsfeld unterschiedlicher Vorstellungen über den Einsatz der Produkte. Ihre Haltung erlaubt ihr, mit und zwischen den Parteien chancenreiche und sinnerfüllte Verständigungsbrücken zu bauen, die zu Dialog- und Handlungsbereitschaft führen. Eva und Andy durchlaufen z.Z. den Zertifizierungsprozess und sind aktiv im Netzwerk Gewaltfrei e.V. in München tätig mit eigenen Übungsgruppen, Workshops und Unterstützung der Organisation.

Zu guter letzt, soll ebenfalls unsere Übersetzerin beim Namen genannt werden :

- Edelgard Bachmann, edv.bachmann@bluemail.

Edelgard ist mit Marshall und seiner Arbeit seit über 10 Jahren bekannt. Sie bietet neben mündlichen wie schriftlichen Übersetzungen edv-Schulungen und Seminare an. Ich habe selbst als PC-Anfängerin in kurzer Zeit viel von ihr gelernt, was mir die Arbeit im Gestalten von Prospekten und dergleichen sehr erleichtert. Über ihre Zusage zum Übersetzen bin ich ausserordentlich froh. Denn jede/r, die/der schon mit Marshall zusammen auf der Wasserfallenl war, kennt Edelgard und ist sich ihrer eloquenten Fähigkeiten bewusst. Daher ist es für mich schön, Edelgard als einen für viele vertrauten Menschen und kundige Sprachvermittlerin mit dabei zu wissen.

Ich hoffe, allen an diesem Workshop Interessierten gedient zu haben. So, dass sich jede/r ein eigenes Bild auch mit Blick ins Internet machen kann und grüsse Sie und Dich in diesem Sinne freundlich

von
Linda Grace Rehsteiner
im Februar/März 2004

ANMELDUNG für das Seminar vom 12. - 14. Juni 2004

Ich melde mich verbindlich an für das 3-Tage-Seminar

Name: Telefon:
Vorname: Fax:
Strasse: handy:
PLZ/Ort: e-mail:
Beruf:

Anwendungsgebiete:

Mein letztes GfK-Seminar war am: zum Thema:
.....

Ich bin interessiert an einer GfK-Einführung an einer GfK-Auffrischung

Ich übernachte im Hotel «Hasenstrick» und brauche
mit Frühstücksbuffet vom 12. zum 13. Juni 1 EZ 1 DZ
mit Vollpension vom 13. zum 14. Juni

Ich möchte privat übernachten

Ich brauche keine Übernachtung

Ich kann Übernachtungsmöglichkeit anbieten für Personen.

Ich kann eine Mitfahrgelegenheit anbieten
von aus für Personen.

Ich brauche einen Abholdienst vom Bahnhof Bubikon aus

Datum Unterschrift

Das Seminar kostet Fr. 820.- In diesem Preis sind inbegriffen: 2 Mittagessen, Pausenver-
pflung (exkl. kalte Getränke) und Früchte zu jeder Zeit.

Die Samstags-Übernachtung im Hotel kostet mit Frühstück im EZ Fr. 80.- und im DZ Fr. 75.-

Die Sonntags-Übernachtung kostet mit VP im EZ Fr. 180.- und im DZ 170.- /pro Person

Aus Gründen der Planung (Zimmerreservation, Trainerengagement, etc.) wünschen wir uns die
Anmeldungen bis zum 15. April.

Wir bitten alle, die im Hotel «Hasenstrick» übernachten, ihre Buchungen dort selbst und
möglichst bald vorzunehmen, da der Ort sehr beliebt ist. Geben Sie bei der Buchung an, dass
Sie am Seminar mit Marshall Rosenberg teilnehmen, da für uns Zimmer vorreserviert sind.

Mit der Überweisung des Seminar- und evtl. Hotelbetrags ist für Sie ein Platz fest gebucht.

Kontoverbindung: Linda Grace Rehsteiner, PROJEKT „L“, 8608 Bubikon
PC 84-35747-0 Ratenzahlung auf Anfrage

Anmeldung

(auch für GfK-Einführung oder Auffrischung vor Juni) bitte an:
Linda Grace Rehsteiner, Dorfstrasse 10, CH-8608 Bubikon
Fon/Fax 0041 (0)55 240 11 15 email lindagrace.re@bluewin.ch

ÜBERWEISUNGS & ZAHLUNGSMODUS

für Teilnehmer und Teilnehmerinnen des
Seminars vom 12.-14. Juni 2004
ausserhalb der Schweiz

>Europa< - Überweisung mit IBAN & BIC

Konto 84-35747-0 :

Empfänger/Ort: Linda A.L.Rehsteiner/CH-8608 Bubikon
Kontonummer: 84-35747-0
IBAN elektronisch: CH670900000840357470
IBAN Papierform: IBAN CH67 0900 0000 8403 5747 0
SWIFT Code/ BIC: P O F I C H B E X X X
Empfängerbank: Swiss Post, PostFinance, Nordring 8,
CH-3030 Bern
Clearing Nummer: 09000

Mit bestem Dank für Ihre Kenntnisnahme
und besten Grüssen
von Linda Grace Rehsteiner