



# **Bericht GFK-Workshops in Lviv**

**vom 22. – 27. November 2017**

Miriam Dalla Libera, Michael Peuckert

## **KONTAKTE**

- **Lesia Vlizlo**; Übersetzerin Deutsch-Ukrainisch

**Dignity-Space Ukraine** (Ukrainian Centre for Nonviolent Communication and Reconciliation)

- **Olena Hantsyak-Kaskiv**;
- **Carl Plesner**;
- **Anastasia Sohol**;

**Universität des Innenministeriums, Lviv**

- **Vitali Karpenko**, Ph.D. in Psychology, Vertreter der Polizeiausbildung der staatlichen Universität Lviv, Partner von „Dignity Space“, Organisator von NVC-Seminarien
- **Nataliya Karpenko**, Ph.D. in Psychology, Dozentin an der psychologischen Fakultät, Organisatorin von NVC-Seminarien
- **Zoriana Romanivna Kisil**, Prof. Dr. jur, Dekanin der Lviv State University of Internal Affairs

**Secondary School #7, Lviv**

- **Svitlana Konkova**, Schuldirektorin

## **AKTIVITÄTEN**

### **Geplant waren:**

- Training mit Studenten der Psychologischen Fakultät der Universität des Innenministeriums
- Training mit Studenten/Staff der Nationalen Universität in Drohobych
- Training mit Schülern der Sekundarschule Nr. 7
- Training mit Lehrer/Lehrerinnen und Mitarbeitenden der Sekundarschule Nr. 7
- Training mit Eltern der Sekundarschule Nr. 7
- Training mit ehemaligen Kursteilnehmer/-innen und aktuelle GFK-Trainerkandidaten
- Austausch über Nachhaltigkeit der GFK-Trainings und neue Formate

### **Durchgeführte Aktivitäten**

Eine Woche vor Abreise wurde uns mitgeteilt, dass das Innenministerium unsere Arbeit bewilligt habe, doch aus „unterschiedlichen Gründen“ nicht alle geplanten Trainings durchgeführt werden könnten. Diese Gründe erschlossen sich auch während unseres Aufenthalts in Lviv nicht. Es fanden statt:

- 2 Tage Trainings mit Studenten der Psychologischen Fakultät der Universität des Innenministeriums
- 1 Tag Training mit Lehrer/Lehrerinnen der Sekundarschule Nr. 7 und mit Eltern der Sekundarschule Nr. 7
- ½ Tag interne Auswertung.
- ½ Tag Austausch über Nachhaltigkeit der GFK-Trainings, Entwicklung neuer Formate, Planung der weiteren Zusammenarbeit.
- Kurzaustausch mit Ivan Lozenko, Schulleiter der Schule mit erweitertem Deutschunterricht; (Aus dieser Schule stammte unsere Übersetzerin.)

## BERICHT von der Psychologischen Fakultät der Universität des Innenministeriums

An unserem 2-tägigen Workshop haben 26 Studentinnen und 1 Student aus unterschiedlichen Semestern und mit unterschiedlichen Vorkenntnissen teilgenommen (Für manche war es ganz neu, andere hatten seit September am GFK-Curriculum teilgenommen). Nataliya Karpenko war ebenfalls über beide Tage anwesend. Unterstützt wurden wir von Lesia Vlizlo, die für uns übersetzte.



Erinnerungsfoto mit Dekanin Dr. Prof. Zoriana Romanivna Kisil und Professorenehepaar Vitali und Nataliya Karpenko

Vor Beginn des Workshops wurden wir von der Dekanin der Fakultät, Zoriana Romanivna Kisil, empfangen und hatten einen Austausch darüber, wie grosszügig und sinnvoll das Angebot von GFK für die StudentInnen der Psychologie ist. Zoriana Kisil erzählte uns zudem von ihrer Entscheidung die herrschende vertikale Machtstruktur in eine horizontale zu verwandeln und liess durchblicken, wie herausfordernd dies für eine Dekanin der Universität des Innenministeriums sei, welche die Ausbildung der Polizei beherberge.

In einer ersten Vorstellungsrunde hörten wir die Wünsche und Hoffnungen, welche die StudentInnen für diesen Workshop hatten: „Praktische Erfahrung sammeln, Empathie stärken, mit starken Emotionen umgehen lernen, Selbstentwicklung oder Erleben, wie die ausländischen Trainer das machen“ wurde beispielsweise genannt.



Wir hatten für die zwei Tage ein Programm ausgearbeitet, das viel praktische Erfahrung beinhaltet. Wir vermittelten unser Verständnis der Methodik der GFK mittels theoretischer Inputs und mitgebrachter Plakate und Arbeitsblätter, um gleich danach Übungen zur jeweiligen Thematik anzuleiten.

Gruppenarbeit „Ressourcen-Tratsch“  
(Übung zu GFK-Elemente 1 und 3)

Die angebotenen Themen waren:

- Was ist Gewaltfreie Kommunikation?
- Die vier Schritte der GFK
- Spüribewusstes Vermuten + wertschätzender Umgang
- Die eigenen Gefühle + Bedürfnisse empathisch ausdrücken
- Die Gefühle und Bedürfnisse des anderen empathisch aufnehmen

- Empathische Zuwendung versus eigene Bedürfnisse
- Konflikte meistern
- Die vier Ohren der GFK
- Spezialfall PsychologIn und/oder TherapeutIn – was heilt und welchen Beitrag kann die GFK dazu leisten?

Zu einigen Themen machten wir selbst Rollenspiele oder luden die TeilnehmerInnen ein, an den Rollenspielen teilzunehmen bzw. sich in Kleingruppen rotierend selbst in Rollenspielen zu probieren und Erfahrungen zu machen.

Zum Schluss unseres Workshops boten wir eine Frage- und Feedbackrunde an, in der wir auf die Fragen eingingen und dankbar die durchwegs positiven Rückmeldungen entgegennahmen. An- und abschliessend übergab Vitali Karpenko jeder/m TeilnehmerIn ein aufwändig gestaltetes Zertifikat über den erfolgreich abgeschlossenen Workshop mit uns.



## BERICHT „Lviv Secondary School No. 7“



Secondary School No 7 – Gedenktafel eines kürzlich im Krieg gefallenen Vaters eines Schülers

Seit 2015 finden an der Sekundarschule Nr. 7 GFK-Workshops und Vorlesungen statt. Schulleiter/-innen aus verschiedenen Schulen der Umgebung, Lehrerinnen, Psychologen/-innen und Schüler/-innen verschiedener Altersstufen haben daran teilgenommen.

Diesmal steht die Zusammenarbeit zwischen Eltern und Lehrer/-innen im Fokus.

Im Vorgespräch bedauert die Schulleiterin, Svitlana Konkova, dass an diesem Samstag nicht die gewohnte Runde von ca. 30 Teilnehmer/-innen auf uns wartete. Von den ca. 20 angemeldeten Eltern und Lehrerinnen sind 15 erschienen (7 Mütter, 1 Schulleiterin, 5 Lehrerinnen und 1 Lehrer, 1 Schulpsychologin).

Die Schule liegt in einem Arbeiterviertel jenseits des Schosshügels. Kinder von bildungsfernen Eltern gehen hier in die Schule. In der Vorstellungsrunde wird deutlich, dass es allen Anwesenden nicht einfach gefallen war, den ganzen Samstag für einen Workshop frei zu nehmen: Die meisten Frauen arbeiten Vollzeit und sind Mütter von 2-4 Kindern.

Dennoch wird bis 17 Uhr intensiv gearbeitet! Sie alle sind gekommen, weil sie sich eine respektvolle und harmonische Beziehung mit ihren Kindern/ihren Schülern wünschen und berichten von Problemen und gewaltvollen Konflikten. An diesem Tag lernen sie methodisch die ersten Schritte der GFK kennen und üben durch Rollenspiel und eigener kurzer Prozessarbeit wie es gelingen kann, Konflikte ohne Strafen, Zwang, und Beschämung zu lösen.

Das Thema Koexistenz verschiedener Ethnien tauchte am Rande in einem Pausengespräch auf; es wurde von niemanden als Thema im Workshop aufgegriffen.

Wir sind sehr dankbar für die Offenheit und das Vertrauen mit dem über Sorgen und Schwierigkeiten mit den Kindern berichtet wurde. Die Schlichtheit und der Mut, womit sich die Teilnehmer/-innen in den Übungen ihrer Wut, Scham und Trauer zuwenden konnten, um ihre Werte, Sehnsüchte und Bedürfnisse nach Wertschätzung, Wohlwollen, Beitragen, Gemeinschaft, Unterstützung im Zusammensein mit Kindern wieder zu entdecken, berührt und freut uns sehr.



Die 4 Elemente auf Ukrainisch

25 листопада 2017 року у СЗШ № 7 відбудеться тренінг «Способи подолання конфліктів в освітньому середовищі методом ненасильницького спілкування» для вчителів та батьків учнів школи



**Інформація про тренерів:**

**Міріам Даліла Рібера** була дослідницею і практичною методу Ненасильницького спілкування (ННС) з 2010 року. Вона навчалася з Вереное Єгер (1932-2016), яка була її менторкою і консультанткою на шляху до отримання сертифікату (в 2017 році) міжнародної тренери з Ненасильницького спілкування (CNVC). Міріам є вчителькою німецької мови, мистецтва та дизайну текстилю у середній школі. Крім того, вона працює медіатором, викладачем курсу та освітнім консультантом для викладачів у Педагогічному центрі Базеля.

З 1992 по 2008 рік вона була співзасновницею видавництва та розробила інтернет-проект із запобігання екстремізму серед підлітків.

З 2004 року вона активно бере участь у шкільній роботі. У період з 2008 по 2015 рр. Міріам організувала медіацію для дітей, вивчення другої мови та фасилітацію талантів у школі свого міського округу; тут вона також очолювала мовну професійну групу та колегію. Крім того, вона була членом консультативної ради з питань реформування мікрорегіональної мовної системи освітництва.

З 2013 року вона навчає на своїх заняттях не лише мови ННС, а й також зосередженості на моменті (mindfulness). Міріам Даліла Рібера живе в Базелі, є матір'ю двох дорослих дітей і бабусею маленької племінниці.

E-Mail: [miriam.dalilalibera@posteo.de](mailto:miriam.dalilalibera@posteo.de)

Домашня сторінка: [www.libera-mende.ch](http://www.libera-mende.ch)

**Майкл Плькверт** народився в 1967 році в місті Хасфурт (Німеччина) і живе з 14-річної сестрою у Мюнхені біля Базеля. Він практикує метод Ненасильницького спілкування (ННС) з 2011 року і у 2016 році став міжнародним сертифікованим тренером з Ненасильницького спілкування (CNVC).



Також Майкл є сертифікованим психотерапевтом і тренером, шкільним соціальним працівником з частковою зайняттю в початковій школі в Терлі, Швейцарії. Він проводить багато ранніх майстер-класів та курсів у сфері комунікації в школах та освітніх установах.

E-Mail: [info@trakom.ch](mailto:info@trakom.ch)

Домашня сторінка: [www.trakom.ch](http://www.trakom.ch)



Mit viel Sorgfalt angekündigter Anlass:  
Infoblatt für Eltern und Lehrer/-innen.

**Input/Demo:** Umgang mit Widerstand eines Kindes anhand der 4 Grundelemente der GFK:  
Beobachtung – Gefühl – Bedürfnis – Bitte.



**17 Uhr: Ende des Workshops:** Erinnerungsfoto mit Zertifikat.  
Die teilnehmenden Mütter, Lehrer/-innen, die Schulpsychologin und Schulleiterin der Sekundarschule „Lviv Secondary School No. 7“

## BERICHT: Austausch über Nachhaltigkeit der Workshops mit Vitali Karpenko

*GFK ist einfach, aber nicht leicht!*

Regelmässiges Üben und Austausch sind zentral für das Erlernen und Anwenden der Methodik, für das Kultivieren einer wertschätzenden Haltung und für den empathischen Umgang mit sich selbst und andern.

Die bisherigen jährlichen bzw. halbjährlichen Inputs an der Psychologischen Fakultät der Universität des Innenministeriums sind sinnvoll, da diese innerhalb eines festgelegten Curriculums stattfinden: Die Studenten üben wöchentlich und vertiefen ihr Know-how unter der Leitung des Ehepaars Karpenkos. Mit unseren Trainings (mit „ausländischen“ Trainern) lernen sie andere Methoden und können ihre Sicht der GFK erweitern.



Austausch: Lesia Vlizlo, Vitali Karpenko; Michael Peuckert, Miriam Dalla Libera

Anders an der Sekundarschule: Dort ist regelmässiges Üben nicht gewährleistet. Eine Möglichkeit wäre, Übungsgruppen zu bilden, die z.B. von Studenten/-innen aus dem universitären GFK-Kurs geleitet würden. Diese bräuchten zuvor aber eine Ausbildung, die im Moment aber von niemanden in Lviv übernommen werden kann.



Michael Peuckert, Miriam Dalla Libera, Nataliya + Vitali Karpenko

Seit August arbeitet an der Sekundarschule Nr. 7 eine ehemalige Studentin des Ehepaars Karpenko. Diese möchte GFK als Schulfach einrichten. Die Schulleiterin signalisiert Offenheit. Es ist z.Z. noch nicht klar, welche Voraussetzungen dafür erfüllt werden müssten.

### Vereinbart wird:

Vitali und Natalia Karpenko organisieren ein Treffen mit ausgesuchten Studenten (vermutlich aus dem letztjährigen Kurs), die Interesse haben, eine Übungsgruppe mit GFK-Interessierten zu organisieren und zu leiten.

Sie werden sich Gedanken machen, wie die Bildung und Ausbildung einer solchen Gruppe, die Durchführung und der Inhalt von solchen Treffen organisiert werden könnten.

Es wird geklärt, ob und - wenn ja-, wie die Schulpsychologin in ihrem oben genannten Vorhaben unterstützt werden könnte und in wie fern wir aus der Schweiz hilfreich sein können.

Michaels Idee, Interessenten aus verschiedenen Bereichen (Sozialarbeit, Pädagogik, Pflege, u.ä.) für eine Ausbildung zu finden, wird ebenfalls weiter verfolgt. Hier geht es eher um den Wunsch, GFK-Trainer auszubilden, die als Mediatoren oder Trainer in breiteren Gesellschaftsschichten im Sinne von Multiplikatoren aktiv werden könnten.

Sobald diese Fragen geklärt sind, werden Vitali und Natalia Karpenko uns ihre Ideen, Vorschläge und Bitten mitteilen. Vermutlich wird uns dann die Frage der Organisation der Trainings von Übungsgruppenleitern/-innen und Finanzierung dieser Vorhaben beschäftigen.

Wir sind gespannt!