

Wir sind die **ErfinderInnen** in der GFK-Szene



Wer denkt sich eigentlich diese ganzen Hilfsmittel aus, die es rund um die Gewaltfreie Kommunikation zu entdecken gibt? Zwei Engländerinnen wollten die Botschaft von Marshall Rosenberg für möglichst viele Menschen plausibel und verständlich verpacken und schufen dafür ein Werkzeug, das heute in 18 Sprachen angewendet wird.

Wir schreiben das Jahr 1996. Dr. Marshall Rosenberg jettet um die Welt, um die Gewaltfreie Kommunikation in Vorträgen, Workshops und internationalen Intensivtrainings zu vermitteln. Zwei junge Engländerinnen sind fasziniert von dieser „Nonviolent Communication“ und möchten Marshalls Werk weitergeben. Doch zu diesem Zeitpunkt gibt es kein Lehrbuch, keine Webseite, kaum Unterrichtsmaterial, nur eine kleine Mailingliste.

Marshalls Stil war verbal

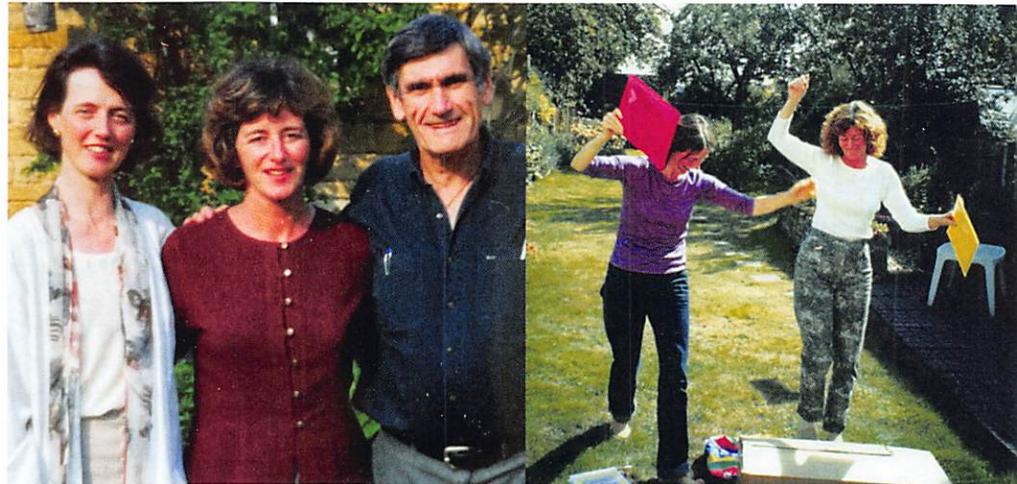
Gina Lawrie erinnert sich: „Als ich Marshall kennenlernte, hatte ich selbst schon viele Trainings gegeben. Die aktuelle Forschung zeigte, dass Menschen ganz unterschiedlich lernen: Sie sind visuelle, auditive oder kinästhetische Lernertypen. Und nicht jeder Mensch nimmt gesprochene Worte gleichermaßen gut auf. Marshalls Unterricht war überwiegend verbal. Aber was war mit den Leuten, die anders lernen?“

Bridget Belgrave ergänzt: „Jede von uns brachte eine Fülle von Erfahrungen mit. Gina hatte NLP und Gestalt an Bord, ich brachte Bodywork und die Lernmethoden mit ein und hatte mich mit Farbkodierung beschäftigt.“

Zu keinem Zeitpunkt gab es einen Plan, Zettel auf den Boden zu legen. Aber auf einmal verwoben sich unsere gemeinsamen Erfahrungen zu etwas Neuem.“

Gina und Bridget verbrachten viel Zeit damit, ihre Trainings und Workshops vorzubereiten und tauschten sich intensiv aus. An manchen

Lernmittel 19. Teil: Das weltweit erste Unterrichtsmaterial: Gina Lawrie und Bridget Belgrave erinnern an die Entstehung des GFK-Tanzparketts vor 25 Jahren



Ihr fertiges Werk stellten Bridget Belgrave (l.) und Gina Lawrie Marshall Rosenberg vor. Er guckte lange auf die Bodenanker und meinte dann: Ja, das ist es, was ich unterrichte

Tagen telefonierten sie zwei Mal. Immer wieder diskutierten sie, wie man wohl Marshalls Konzepte so erläutern konnte, dass alle Teilnehmenden davon profitieren. Zunächst nutzten sie Stühle mit Kennzeichnungen in verschiedenen Layouts und Schriften. Irgendwann wurde es lästig, mit vielen Stühlen zu arbeiten. Die Kennzeichnungen landeten auf dem Boden und wurden „Bodenkarten“. **So entstanden zunächst sieben verschiedene Tanzparkette:**

Innen-Außen-Tanz, Stufe 1:

➔ **Die 13 Schritte (siehe Foto rechts)**

Innen-Außen-Tanz, Stufe 2:

➔ **Integration und Verbindung**

Innen-Außen-Tanz, Stufe 3

➔ **Flüssigkeit im Dialog**

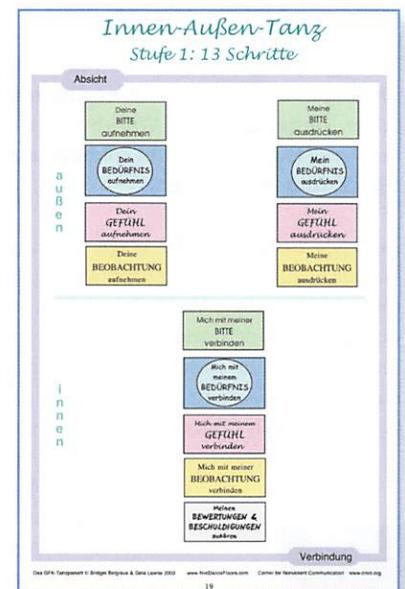
➔ **Selbstgefühlstanz**

➔ **Ärger/Scham-Tanz**

➔ **ErzieherIn/EntscheiderIn-Tanz**

➔ **Ja-Nein-Tanz**

Die einzelnen Karten tragen verschiedene Schriften und unterscheiden sich farblich. Das GFK-Tanzparkett funktioniert wie ein dreidimensionaler Plan. Durch große Karten, die verschieden angeordnet sogenannte Tänze bilden, werden GFK-Prozesse auf dem Boden dargestellt. Jede Karte steht für einen Schritt im Tanz der Kommunikation. Diese Schritte können in beliebiger Reihenfolge verwendet werden und dienen zur Unterstützung einer authentischen, flüssigen und bewussten Kommunikation.



Kollegialer Support aus München

Nicht ganz unbeteiligt an dieser Entwicklung war damals auch der deutsche Trainer **Klaus Karstädt**, der ebenfalls Ende der 90er-Jahre begonnen hatte, die GFK weiterzugeben. Durch ihn lernten Gina und Bridget 1999 die Drei-Stühle-Übung kennen, die sich später zu einer Vier-Stühle-Übung entwickelte. Hier wurde für die Seminarteilnehmenden auch körperlich erlebbar, was sie mit Worten ausdrücken woll-

ten: Ich verbinde mich mit mir. Ich verbinde mich mit dir. Ich spreche aus, was ich dich über mich wissen lassen möchte.

„Auch Klaus war es wichtig, Körperlichkeit in die Workshops zu bringen. Niemand möchte acht Stunden am Tag nur auf dem Hintern sitzen!“

Karstädt kam sogar nach England, um das Konzept von Gina und Bridget näher kennenzulernen und Feedback zu geben. 2003 lud er dann die beiden Kolleginnen ein, ihr Tanzparkett bei einer Giraffen-Convention in München vorzustellen. Die Frauen brachten ihre frisch veröffentlichten englischen Bodenanker mit. Doch neben 100 KollegInnen kamen über 300 Neugierige, von denen viele keine GFK-Vorkenntnisse hatten, und alle waren von dieser neuen Art des Lernens begeistert.

Mund-zu-Mund-Propaganda

Allmählich fragten immer mehr TrainerInnen nach diesem Tanzparkett. Bridget entwickelte eine Webseite, über die man die „Dancefloors“ bestellen konnte. Anfangs druckten die Kolleginnen alle Bögen selber auf farbiges Papier und laminierten sie. Es dauerte allein schon 15 Minuten, um nur ein Paket zu packen.

Die beiden beantworteten ungezählte Mails, wie man denn nun was auf welchem Tanzparkett anleiten würde. Bald war klar, dass es eine ausführliche Anleitung brauchte, um alles zu erläutern. 2005 erschien die zweite vollständig überarbeitete Auflage des Handbuchs. So verging die Zeit mit der Vervollständigung des Tanzparketts und es dauerte



Unzählige Menschen haben in den vergangenen 25 Jahren den Einsatz der Gewaltfreien Kommunikation mithilfe des Tanzparketts gelernt.

Jahre, bis eine deutsche Version fertiggestellt war. Inzwischen hatte Klaus Karstädt ebenfalls angefangen, in Workshops mit laminierten Bodenankern zu arbeiten. Er wählte eine Farbcodierung, die zu dem Trainingsmaterial passte, das er entwickelt hatte, bevor er die GFK kennengelernt hatte. Das führt bis heute dazu, dass einstige Karstädt-Ausgebildete manchmal ein bisschen Zeit brauchen, bis sie die Farben im Original-Dancefloor den Begriffen zuordnen können.

Marshalls Feedback

Bridget Belgrave erzählt: „Es ging uns immer nur darum, Marshalls Arbeit leichter zugänglich zu machen. Wir starteten mit den Dialogen, dann hatten wir die Idee, auch den Ärgerprozess auf diese Weise darzustellen. Gina war es ein Anliegen, Marshalls „Chooser – Educator“-Übung umzusetzen. Daraus wurde dann der ErzieherIn/EntscheiderIn-Tanz. Wir haben damals ziemlich oft mit Marshall zusammengearbeitet, wenn er in England war, und schließlich haben wir ihm unsere Arbeitsergebnisse gezeigt. Seine Reaktion war ziemlich nüchtern. Er guckte sich alles genau an und sagte dann:

„Ja, das ist es, was ich unterrichte. Na ja, wenn die Leute es gern so lernen ...“

Nach unserem Wissen hat er die Dancefloors nie in seinen Workshops benutzt. Er hat auf die Wirkung seiner Worte vertraut. Aber er war sehr berührt, wenn Leute Kreativität ins Lernen einbrachten.“ Und Gina Lawrie ergänzt: „Marshall hat sein eigenes Ding gemacht. Da ließ es sich nicht beirren. Er war ja nur mit seiner Gitarre und einer kleinen Tasche mit den beiden Handpuppen unterwegs. Das reichte ihm.“

Keine Gelddruckmaschine

Seit über 20 Jahren gehören die Dancefloors nun zur Standardausrüstung von TrainerInnen. Reich sind Gina und Bridget damit nicht geworden. „Bis heute ist das kein Moneymaker“, erklärt Bridget. „Weil wir von dieser Art Geschäft anfangs gar keine Ahnung hatten, haben wir natürlich auch Fehler gemacht. So existiert bis heute keine Mailing-Liste, mit der wir KundInnen über neue Entwicklungen informieren könnten. **Es gibt ja seit 2009 zwei neue Tänze und wir haben keine Möglichkeit, unsere alten Kunden darüber zu informieren.** >

Foto links: Das neueste Produkt: Das Paket „Wolfsprache“ umfasst 19 Seiten. Insgesamt gibt es heute neun Tänze (Mitte). Die Anleitung kann auf Deutsch, Englisch und Französisch bestellt werden. Rechts: Ein Tanz in japanischer Sprache.



Wir sind die ErfinderInnen in der GFK-Szene

In Zusammenarbeit mit Robert Gonzales und Susan Skye entstand „Den Schmerz unerfüllter Bedürfnisse in die Schönheit der Bedürfnisse umwandeln“-Tanz. Außerdem wurde eine modifizierte Form des 13-Schritte-Innen-außen-Tanzes in die Sammlung aufgenommen: der „Respekt für mich, Respekt für dich“-Tanz für den Einsatz mit jungen Menschen. Viele Nutzer der „Dancefloors“ wissen daher gar nicht, dass es diese Erweiterungen gibt. Außerdem steht auf der Webseite ein kostenfreies 19-seitiges Dokument „Wolfssprache“.

Vielseitige, preiswerte Produkte

Heute gibt es das GFK-Tanzparkett in 18 verschiedenen Sprachen, darunter Spanisch, Griechisch, Koreanisch, Türkisch, Japanisch und Arabisch. Auf mittlerweile drei DVDs stellen Bridget und Gina die Tänze detailliert vor. Im Webshop <https://www.life-resources-shop.com> kann man außerdem den Absichtsrahmen – ein 12 Meter langes Band, das das „Tanzfeld“ umfasst, sowie ein regenbogenfarbenes Tuch kaufen, welches als Trennstreifen zwischen Innen- und Außenkommunikation fungiert.

Längst sitzt Bridget Belgrave nicht mehr in ihrem Wohnzimmer, packt die einzelnen Bestellungen zusammen und bringt sie dann zur Post. Diese Arbeit hat inzwischen ein Dienstleister übernommen. Zu tun bleibt trotzdem genug. Da ist zum einen die Pflege der Webseite, die Zusammenarbeit mit den Übersetzenden, zum anderen gibt es noch immer viele Anfragen, die persönlich beantwortet werden.

„Unsere Arbeit ist nie bezahlt worden“

„Unsere Arbeit ist nie bezahlt worden“, sagt Gina Lawrie. Wenn wir mit einem kommerziellen Verlag zusammengearbeitet hätten, wäre die Sache wahrscheinlich einfacher gewesen, aber unser Baby erfüllt dafür nicht die Voraussetzungen. Da müssen gleich im ersten Jahr 3000 Exemplare verkauft werden. Und ich glaube nicht, dass wir das in mittlerweile 25 Jahren geschafft haben. Die Dancefloors sind ja doch eher ein Produkt für TrainerInnen oder Übungsgruppen, da kommen keine großen Stückzahlen zusammen.



Aktuell sind Gina Lawrie und Bridget Belgrave dabei, die Preisstruktur für das Komplettsatz zu überarbeiten. Interessenten können wahlweise nur eine PDF kaufen oder ein laminiertes Set in den Einkaufswagen legen. Die Lizenzgebühren unterscheiden sich je nach Nutzung. Wer für sich allein zu Hause im Flur üben möchte, bekommt schon für 37 Euro einen vollständigen Satz. Trainer zahlen für die Benutzung von sieben Kopien 111 Euro.

Ausdrücklich laden die beiden Trainerinnen dazu ein, ins Gespräch zu gehen, wenn jemand diesen Preis nicht zahlen kann. „Wir entscheiden uns immer wieder, Sets komplett zu verschenken oder Rabatt einzuräumen. Aber das setzt voraus, dass andere auch wirklich den vol-



Oben: In Costa Rica werden Nonnen in die Einsatzmöglichkeiten des GFK-Tanzparketts eingewiesen. **Links:** Das Handbuch ist in englisch, französisch und deutsch erhältlich. **Mittlerweile** gibt es die dritte Auflage. **Auch** der Tanz von Robert Gonzales und Susan Skye wird ausführlich erläutert.

len Preis bezahlen und eine ehrliche Selbsteinschätzung beim Kauf abgeben.

Gina erinnert sich: „Als wir die spanische Version herausgegeben haben, warnten uns die Leute: Die Spanier haben eine Kopier-Kultur. Kein Mensch wird dafür Geld ausgeben ... Davon haben wir uns aber nicht abschrecken lassen.“

Marshall Rosenberg zeigte sich einst an den Dancefloors nur milde interessiert. Wertschätzung und Dankbarkeit erfahren die beiden Erfinderinnen aber bis heute in der Trainergemeinschaft und von NutzerInnen dieses allerersten GFK-Werkzeugs. „Mein Dancefloor liegt seit Jahren in der Küche. Ich glaube, es ist Zeit, mal einen neuen kaufen. Inzwischen ist er total fleckig!“, meldete sich eine Userin. Und eine andere berichtete: Ich habe meinen Lieblingstanz immer im Schlafzimmer liegen. Da brauche ich mich nur aus dem Bett zu rollen und schon kann es losgehen mit der GFK!

Alle Infos: www.NvcDanceFloors.com

Interview: Claudia Broadhurst