

Gewaltfreie Kommunikation nach M. Rosenberg in der Hebammenarbeit

- Modulare, virtuelle Fortbildung für Hebammen und Hebammenteams -

Das Konzept der Gewaltfreien Kommunikation entstand - aufbauend auf den Erkenntnissen der humanistischen Psychologie Carl Rogers - aus Rosenbergs Auseinandersetzung mit der amerikanischen Bürgerrechtsbewegung in den frühen 1960ern. Rosenberg, der selbst Psychologie studierte und besonders von den Ideen der Gewaltlosigkeit Mahatma Gandhis beeinflusst wurde, bot weltweit Trainings in Gewaltfreier Kommunikation an und gründete 1984 das „Center for Nonviolent Communication“. Sein Anliegen war es, Möglichkeiten aufzuzeigen, mit sich und anderen wertschätzend, respektvoll und klar in Beziehung zu treten, um einen Raum für Vertrauen, Unterstützung und Authentizität zu schaffen.

Rosenberg empfiehlt 4 Schritte, die uns helfen, uns so auszudrücken, dass gelingende, vertrauensvolle Beziehungen zueinander gestärkt werden und dass wir verstanden werden. Es handelt sich dabei jedoch nicht bloß um eine technisch abzuarbeitende Methode, sondern um eine Haltung, mit der wir uns und anderen Menschen begegnen wollen.

Die Gewaltfreie Kommunikation lässt sich damit auf unterschiedlichste Bereiche der außerklinischen Geburtshilfe und Schwangerenbetreuung übertragen und anwenden: Die Kommunikation mit den Frauen & Familien, innerhalb eines Teams, mit Externen bei Verlegungen oder im Gespräch mit anderen Instanzen bzw. Schnittstellen.

- Wie kann eine wertschätzende Kommunikation etabliert werden?
- Wie können eigene Bedürfnisse angemessen berücksichtigt werden?
- Wie kann ich in meiner Haltung bleiben, auch wenn mein Gegenüber nicht wertschätzend agiert oder sogar gewaltvoll kommuniziert?
- Wie kann ich eine empathische Perspektive einnehmen, auch wenn es mir bei meinem Gegenüber schwerfällt (weil mir die Person z.B. nicht sympathisch ist oder unterschiedliche Werte eine Rolle spielen)?
- Wie kann ich auch in Konfliktsituationen gewaltfrei handeln und gleichzeitig meine Position klar vertreten?

Besonders relevant erscheint mir auch die Perspektive, dass gerade im Ausbildungskontext in Kliniken Machtstrukturen und eine damit teilweise verbundene gewaltvolle Kommunikation im Team und unter der Geburt prägend, wenn nicht sogar traumatisierend wirken können. Gerade in herausfordernden Situationen können diese Verletzungen und Erfahrungen wieder getriggert werden - sowohl bei den Frauen als auch bei den Hebammen.

Die folgenden Module können einzeln gewählt werden, je nach Interesse und Vorkenntnissen. In jeder Veranstaltung wechseln sich Input, Selbsterfahrungen und Übungen in Kleingruppen, Austausch und Reflexion ab. Es werden darüber hinaus weiterführende Materialien und Anregungen angeboten.