

# Vorwort

---

Reich beschenkt dadurch, dass ich Gewaltfreie Kommunikation lernen konnte und weiter lerne, und begeistert von ihren Möglichkeiten schreibe ich dieses Buch, in das gleichwohl auch Teile meiner wissenschaftlichen Arbeit eingehen. So hat dieses Buch zum Thema Wertschätzung und zur Gewaltfreien Kommunikation nicht die Form psychologischer oder sozialwissenschaftlicher Objektivität, wenn es denn so etwas geben mag, sondern es ist geprägt von einem engagiert-subjektiven Zugang.

Wertschätzung: ein Bedürfnis und ein Wert, der in aller Munde ist, und zugleich ein Begriff, der – so scheint es mir – immer unklarer wird,

ganz abgesehen davon, dass infrage steht, wie eine wertschätzende Sprache ihren Ausdruck finden und eine Praxis der Wertschätzung gelingen kann. Doch was macht heute Wertschätzung vielleicht wichtiger denn je? Und weiter: Was verstehen wir unter Wertschätzung, wenn wir von ihr im Kontext Gewaltfreier Kommunikation reden? Was gehört zum Umfeld von Wertschätzung als Bedürfnis und Wert? Was bedeutet eine wertschätzende Sprache und wie ‚funktioniert‘ sie? Wie kann Wertschätzung praktisch werden: Wie kann ich Wertschätzung konkret einer anderen Person gegenüber formulieren und wie kann ich Wertschätzung annehmen? Wie sieht dies in unterschiedlichen Handlungsfeldern und Organisationen aus, also beispielsweise Wertschätzung in Alltagsbeziehungen mit Kindern, in der Schule, im Hospiz oder

Wertschätzung in hierarchischen Organisationen? Gibt es so etwas wie eine wertschätzende Organisationsentwicklung? Und nicht zuletzt wenigstens in einem Ausblick und als Gesprächsimpulse möchte ich anregen zu Überlegungen einer Ethik der Wertschätzung als Rahmen wertschätzender Umgangsformen in Sprache und nichtsprachlicher Lebenspraxis. Mit diesen Fragen formuliere ich einen Rahmen, innerhalb dessen ich über Wertschätzung nachdenken und meine Erfahrungen aus vielen Seminaren und Trainings zu Gewaltfreier Kommunikation weitergeben möchte.

Die überragende Bedeutung von Wertschätzung im Zusammenhang mit der von Marshall Rosenberg entwickelten Gewaltfreien Kommunikation wird auch daran deutlich, dass

einige Trainerinnen und Trainer Gewaltfreier Kommunikation mittlerweile von wertschätzender Kommunikation sprechen. Auch wenn ich selbst Wertschätzung für den zentralen Ausgangs- und Zielpunkt Gewaltfreier Kommunikation halte, bleibe ich gleichwohl bei dem ursprünglichen Namen „Gewaltfreie (!) Kommunikation“. Ihr gesellschaftlicher und politischer Entstehungskontext in der US-amerikanischen Bürgerrechtsbewegung mit Martin Luther King, deren politische Optionen und Ziele sowie deren Praxis und Spiritualität sind für mich von zentraler Bedeutung: Menschen haben damals gelernt, sich selbst wertzuschätzen; so haben sie eine innere Stärke gewonnen und es wurde ihnen möglich, andere Menschen – auch ihre Gegner – ebenfalls wertzuschätzen. In diesem doppelten Bezug

verstehe ich Gewaltfreie Kommunikation als einen Beitrag, Gewaltzusammenhänge im persönlichen Alltag wie in institutionellen Kontexten und politischen Konflikten zu unterbrechen und gewaltfreie Begegnungsmöglichkeiten zwischen Menschen kreieren zu können. Diese politischen und gesellschaftlichen Kontexte sind auch für den Begriff der Wertschätzung hoch bedeutsam, hat er doch auch politische Konnotationen wie z. B. die Würde oder die Gleichwürdigkeit aller Menschen.

Voraussetzung von Selbstwertschätzung und Wertschätzung anderer sind freilich Selbstempathie und Empathie, worauf Andreas Knuf – außerhalb des Diskurses um Gewaltfreie Kommunikation – aufmerksam macht, wenn er festhält, dass Selbstwert ein