



Selbsthilfegruppe

Wir schauen nicht mehr weg!

Ein klares NEIN zu psychischer
Gewalt und emotionalem Mißbrauch
in unserem Umfeld!

Dieser Gesprächskreis richtet sich an alle, ob beruflich oder privat, die Ungerechtigkeiten, Übergriffe und Respektlosigkeiten wahrnehmen, die in ihrem Umfeld Anderen gegenüber verübt werden. An Menschen, die den Wunsch sowie die Verantwortung verspüren etwas dagegen zu tun, jedoch unsicher sind oder nicht wissen, ob und wie sie das genau angehen sollen.

Dieser Gesprächskreis kann ein Forum sein, in dem vielleicht zum ersten Mal über solche Wahrnehmungen gesprochen wird und auch über die inneren Konflikte, in die sie einen stürzen können. Ich denke, das für dieses Thema die Zeit reif ist.

Wir wenden uns nicht mehr ab, wenn wir in unserem Job Mobbing gegen Teammitglieder erleben oder in unserem Kindergarten unser*e Kolleg*in die Kinder in einem unangemessen harschen Ton anspricht und subtil erniedrigt. Anke Elisabeth Ballmann spricht hier von „Seelenprügel“ und sagt in ihrem gleichnamigem Buch eindeutig NEIN zu seelischer Gewalt und Erniedrigung und beruft sich auf die Verantwortung gegenüber Schutzbefohlenen, die möglicherweise für ihr Leben lang geschädigt werden.

Wir wenden uns nicht mehr ab, wenn im Altenpflegeheim der/die Kolleg*in die alte Dame im Winter bei offenem Fenster wäscht, weil ihm der Geruch nach Stuhlgang zu stark ist. Wir schauen nicht mehr weg, wenn in der Schule ein Kind ausgegrenzt und beleidigt wird.

Wir verdrängen nicht mehr, dass die eigene Mutter im Pflegeheim davon berichtet, wie lange sie, trotz wiederholter Bitte, warten musste bis sie endlich zur Toilette durfte und wie häufig sie für ihre Bedürfnisse verbal „abgestraft“ oder wie ein Kleinkind behandelt wird.

Um die Thematik besser fokussieren zu können, kann es in dem Gesprächskreis NICHT um selbst erlittene Gewalt gehen (dies wäre ein Thema für eine eigene Selbsthilfegruppe).

Gemeinsam können wir Erfahrungen austauschen und Unsicherheiten, Zweifel und mögliche Gewissensbisse ansprechen und dadurch Entlastung finden, sowie diese reflektieren.

Gemeinsam können wir in Form kollegialer Beratung und respektvoller Rückmeldung Lösungen erarbeiten oder möglicherweise auch keine finden!

Methoden, wie die der Gewaltfreien Kommunikation, können mit einbezogen und vielleicht auch geübt werden.

Angedacht ist es diesen Gesprächskreis in einem 14-tägigen Rhythmus durchzuführen.

Anmeldung und weitere Infos unter:
bewusst-handeln@freenet.de