



The Peacemaker Mission

Martin Pfennigschmidt

Der Friedensstifter - Kurs 2020

Bernd C. aus D.

„Immer wenn ich mit anderen unterschiedliche Auffassungen besprechen will, regen mich die in meinen Augen unqualifizierten Argumente der Leute immer so dermaßen auf, dass ich im Verlauf der Diskussion immer lauter und aufgeregter werde, bis ich rausrennen muss, um einerseits mich selbst wieder runterzufahren und andererseits den anderen nicht anzuspringen.“

Clara P. aus F.

„Ich versinke im Boden und muss weg, wenn jemand laut wird. Cholerische Menschen halte ich überhaupt nicht aus. Mir fehlen einfach die Worte, ich fange an zu stottern und werde unsicher.“

Heide G. aus H.

„Mit niemandem gehe ich so mies um, wie mit mir selbst, wenn ich Fehler gemacht habe. Dann könnte ich mich an die Wand werfen. Und so rede und denke ich dann auch mit mir. Das sind Momente, in denen ich mich am liebsten auflösen möchte. Andere sagen später immer, dass alles doch nicht so schlimm gewesen sei. Das sehe ich vollkommen anders.“

Frank F. aus S.

„Meine Strategie ist es, meine Gegner an die Wand zu reden. Ich schütte sie am besten zu mit meinen Sätzen, drohe ein bisschen und schon passiert, was ich will und wie ich es will.“

Gabi Z. aus E.

„Mir ist es wichtig, bei unterschiedlichen Auffassungen und Meinungen, die aneinandergeraten, nach Gemeinsamkeiten zu suchen und aus denen Lösungsideen zu bauen. Meistens gelingt es dann irgendwie, den Streit zu schlichten.“

Kennen Sie das? Haben Sie derartige Menschen und vergleichbare Situationen bereits in Ihrem Leben kennengelernt? Haben Sie auch Strategien entwickelt, mit denen Sie gut zurechtkommen? Kennen Sie auch die gemeinen Vor-dem-Spiegel-Meckereien? Machen Sie sich auch manchmal vor dem Spiegel runter, wenn Sie allein sind?

Nicht zuletzt auch ausgelöst durch Medienberichte der vielen Auseinandersetzungen, Streitigkeiten, Zerwürfnissen und sogar Kriegen sind Konflikte und deren Lösung immer mehr ein wichtiges Thema geworden. Und nicht nur für diejenigen, die beruflich mit Konflikten umgehen, sondern tatsächlich für jeden, der mit anderen Menschen innerhalb von Gemeinschaften lebt und handelt.

Wie wäre es wohl, wenn die meisten Menschen fundierte Kenntnisse in Konfliktlösungsstrategien hätten und deshalb viel gewandter und erfolgreicher mit Streitigkeiten umgehen würden?

Wie wäre es wohl, wenn fast jeder zweite oder dritte wissen würde, was Mediation oder Streitschlichtung bedeutet, wie es hilft und wie einfach es ist, anderen bei der Lösung ihrer Konflikte behilflich zu sein?

Ich stelle mir vor, dass es ein geradezu paradiesischer Zustand sein müsste, wenn es so wäre, weil dann der Fokus jedes einzelnen nicht mehr auf die Differenzen gerichtet ist, sondern auf die beiderseitigen Interessen und Werte. Dadurch, dass zwei Konfliktpartner nicht weiter nach Fehlern und gemeinem, vorsätzlichem Handeln suchen, sondern nach Lösungen, die beiden gerecht werden, wird Streit lösbar.

Die Peacemaker Mission – Der Kurs

In diesem mehrteiligen Kurs geht es in erster Linie um Persönlichkeitsentwicklung und eine individuelle Neuorientierung der eigenen Haltungen und Einstellungen. Es gibt in diesem Teil sehr viele Informationen darüber, wie unser Bewusstes durch Reduktion die Welt erst erlebbar macht, oder dass wir unseren Alltag nur durch zahlreiche automatische Routinen bewältigen können. Darum, dass unser Unbewusstes unsere Wahrnehmung steuert und wir tatsächlich nur die Dinge sehen, die wir sehen wollen, eben das, was uns besonders interessiert. Es wird darum gehen, dass im Unbewussten alle unsere Erfahrungen und Werte gespeichert sind, und dass wir über Umwege auch an diese wertvollen Informationen herankommen können, nicht zuletzt, um unsere bremsenden Glaubenssätze loszulassen.

Andererseits werden Gesprächstechniken vermittelt, die in der Mediation und beim Coaching zum Einsatz kommen. Was also ist aktives Zuhören, was Gewaltfreie Kommunikation, was bedeutet Paraphrasieren, was heißt Körpersprache lesen und wie kann man Empathie üben und gewinnbringend einsetzen? Was sind Eskalationsstufen und was bedeutet das berühmte „vier Seiten einer Nachricht“ Modell?

Erfahren werden alle notwendigen Informationen über Konflikte, wie sie entstehen, wodurch es schwierig wird, besonders wenn die Emotionen hochkochen und man nicht mehr wohlüberlegt denken und sprechen kann.

In emotional aufgeladenen Situationen besonnen und strukturierend mit eskalierten Gesprächen umzugehen und Streitenden zu helfen ist die Herausforderung. Dafür lernen die Kursteilnehmer alle erforderlichen Techniken, Tools und Haltungen kennen und nutzen. Alles, was man braucht, um Konflikte möglichst erfolgreich und schmerzlos aufzulösen.

Erziehungskonflikte, Arbeitskonflikte, Beziehungskonflikte, Konflikte mit Verwandten oder Eltern, Konflikte mit Nachbarn, Konflikte mit Fremden und sogar mit sich selbst – Alle diese Konstellationen werden theoretisch behandelt und praktisch in zahlreichen Übungen eingeübt.

Die Inhalte kommen aus der Pädagogik, der Psychologie, den Kommunikationswissenschaften, aus der Neurolinguistischen Programmierung (NLP) und aus der Hypnose (Autosuggestion).

Am Ende des Kurses sind die Teilnehmer in der Lage, eigene Konflikte besser bewältigen zu können, in Auseinandersetzungen sicherer und erfolgreicher aufzutreten. Sie haben ein stabileres inneres Standing, ein klares definiertes Mindset und mehr Selbstbewusstsein entwickelt und sind fähig, anderen effektive und wirksame Unterstützung anbieten zu können, indem Sie verabredete Konfliktgespräche begleiten und moderieren.

Die Inhalte:

1. **Bewusstsein / Unbewusstes – wie unser Gehirn funktioniert**
 - a. Nur 50 Minuten am Tag bekommen wir bewusst mit.
 - b. Wahrnehmung (nur sieben Reize von 2000 pro sec. können wir gleichzeitig verarbeiten) Was bedeutet das?
 - c. Wie funktioniert Lernen?
 - d. WahrnehmungsfILTER. Du siehst, was du willst
 - e. Das Unterbewusstsein – riesiges Datenarchiv. Ihr Offline Google
 - f. Routinen, Werte und wie unser Gehirn Energie spart
 - g. Schnelles und langsames Denken Das Gehirn hat zwei Gänge
 - h. Freier Wille – eine Illusion?

2. **Selbstwert – Wenn andere Sie mögen, sind Sie etwas wert?**
 - a. Selbstwert ohne Gegenleistung genießen nur Babys
 - b. Selbst-bewusst-sein – wie hängt das zusammen und was bringt es?
 - c. Werte – was ist Ihnen wirklich wichtig?
 - d. Fokus: Worauf? Wie bewertest du? Was machst du damit?
 - e. Der grüne Punkt – Selbstwert auf Knopfdruck

3. **Gewohnheiten – Hypnose im Alltag.**
 - a. Alex Hartmanns „Reality Loop“
 - b. Der Affentest (Gesellschaftliche Rituale, Meme)
 - c. Haltungsfragen (Body-Mind-Connection)
 - d. „Weg von“ oder „Hin zu“ Mentalität?
 - e. Das macht der mit Absicht (ob er will oder nicht...)
 - f. Mediendiät hält den Kopf sauber
 - g. NLP – Reprogrammieren Sie sich einfach. Machen Sie Ihr Update

4. **Konflikte, -strategien, -typen, Eskalationsstufen**

5. **Kommunikationsmodelle**

6. **Gewaltfreie Kommunikation**

7. **Die drei Popstars unserer Ängste**

8. **Sechs magische Buchstaben des Erfolges**

9. **Körpersprache lesen lernen**

10. **Empathie – mehr verstehen, als gesagt wurde**

11. **Checkliste eigene Konflikte**

12. Mediation / Streitschlichtung

- a. Einstellung – Sei die Unterstützung!
- b. Haltung – Was bedeutet allparteilich
- c. Bedingungen für ein gelingendes Gespräch
- d. Moderieren und lenken statt beeinflussen
- e. Trennung von Emotion und Auslöser
- f. Gesprächstechniken
- g. Die fünf Phasen einer Mediation
 1. Phase – Einleitung
 2. Phase – Sichtweisen klären
 3. Phase – Konflikterhellung
 4. Phase – Lösungssuche und Vereinbarung
 5. Phase – Vereinbarungen treffen

Zielgruppe sind Interessierte aller möglichen Berufsgruppen, Angestellte wie Führungskräfte.

Passende Literatur zum Kurs ist u. a. mein Buch:
„Kochbuch Konfliktklärung“ (DGVT-Verlag 2019)

Link zu verwandten Artikeln im Blog <http://blog.pfennigschmidt.net/>

Über mich ...

Ich bin Martin Pfennigschmidt und arbeite seit 2008 als Sozialpädagoge bei der Schulbehörde Hamburg im Referat Gewaltprävention des Amtes B. Wir beraten alle an Hamburger Schulen Tätigen bei allen Fragen zum Umgang mit Gewalt zwischen Schülerinnen und Schülern, zwischen Schülern und Personal. Es gibt zahlreiche Fortbildungen für Lehrkräfte und pädagogisches Personal, verschiedene gewaltpräventive Programme an Schulen, die durch unsere Dienststelle angeboten werden. Darüber hinaus unterhalten wir ein Bereitschaftsteam für Notlagen und außerordentliche Ereignisse an Schulen und betreuen im Rahmen intensiver Fallarbeit etwa 150 Jugendliche und Heranwachsende, die bei der Polizei als Intensivtäter eingestuft wurden.

Vorher war ich vier Jahre Sachbearbeiter im Hamburger Familieninterventionsteam, dem Jugendamt für straffällig gewordene hoch belastete Jugendliche. Aufgrund der strafbaren Handlungen der Kinder und Jugendlichen kann das Jugendamt im Sinne der Kindeswohlgefährdung sofort einschreiten und Jugendhilfemaßnahmen anbieten. Die meisten Eltern haben diese Angebote nur zu gern angenommen. Viele von ihnen waren sehr verzweifelt und ratlos, kamen nicht mehr an die verstockten Jugendlichen heran, die sich nichts mehr sagen ließen.

Davor arbeitete ich ein Jahr lang im Hamburger Auffangheim für Kinder und Jugendliche. Hier werden Kinder und Jugendliche aufgenommen, die sich in akuter Not befinden. Aufgegriffene Entlaufene, oder aus Einrichtungen Entlassene, weil es Probleme gegeben hatte und alle die, die zuhause nicht mehr bleiben wollten oder konnten, für die es aber noch keine Einrichtung gab, die freie Plätze hat.

Von 1986 – 2002 arbeitete ich in einem Kinderhaus in Hamburg. Stationäre Jugendhilfe wird das genannt. Für mich eine sehr beeindruckende Erfahrung, weil in der sehr intensiven Arbeit mit Kindern und Jugendlichen die tiefsten Beziehungen entstehen, die sich als der Garant für eine förderliche Entwicklung und erfolgreiche Vereinbarungen herausstellten. Nie wieder hatte ich mehr Einfluss und Gehör bei Kindern und Jugendlichen als bei diesem mich sehr prägenden Arbeitsfeld.

Ganz am Anfang arbeitete ich in zwei Schulen für geistig Behinderte in Kaltenkirchen und in Norderstedt. Hier hat mich die musische Begeisterung der Schülerinnen und Schüler fasziniert, die ohne viel Nachdenken einfach geschieht. Wir haben eine „Popgruppe“ gebildet und hatten Auftritte der „Wilden 13“ in den umliegenden Schulen. Ein Riesenspaß. Auch die Logistik.

Vor vier Jahren beendete ich meine Mediationsausbildung. Sowohl privat als auch für Schulen habe ich bei der Lösung von Konflikten unterstützt, biete Coaching und verschiedene Beratungsformate an.

Ich habe in den vergangenen zehn Jahren vier Bücher geschrieben. „Hilfe, mein Kind bockt“, einen Ratgeber für Eltern, die Schwierigkeiten bei der Erziehung ihrer Kinder wahrnehmen. (DGVT 2012), in diesem Jahr noch wird mein Buch „Kochbuch Konfliktklärung“ beim gleichen Verlag erscheinen. Meinen Familienroman über einen Erbstreit habe ich als E-Book selbstveröffentlicht und mein viertes Buch liegt gerade beim Verlag. Hier geht es um dem geplanten wohlwollenden Umgang mit sich selbst, und um negative autosuggestive Routinen unseres Gehirns. „Du bist nie genug“, heißt es.

Derzeit mache ich eine Ausbildung zum Hypnotiseur, interessiere mich brennend für NLP und persönliche Entwicklung. Ich liebe es, Musik zu machen, habe einen erwachsenen Sohn und seit 31 Jahren die beste Frau der Welt. Seit diesem Jahr sind wir schon Großeltern.

Darüber hinaus verfolge ich meine Mission des Friedensstiftens. Eine Technik, die persönliche Entwicklung und Kommunikations- und Mediationstechniken kombiniert. Mit den resultierenden neuen inneren Haltungen und Einstellungen gelingt es, Menschen und Situatio-

nen anders zu erleben, auch Konflikte. Eigene Konflikte lassen sich leichter analysieren und erfolgreicher lösen, ebenso wird vermittelt, Konflikte anderer zu moderieren und diese bei der Lösung zu unterstützen. Alle dafür notwendigen Haltungen, Einstellungen, Handlungsschritte und Strukturen werden im Kurs vermittelt und es wird Neugier erzeugt zu weiteren interessanten weiterführenden Themenbereichen, wie beispielsweise der Neurolinguistischen Programmierung.

<http://martin.pfennigschmidt.net>



Home ▾ Bücher ▾ Mediation ▾ Coaching ▾ Kontakt ▾ Jugend-Blog V.i.P.



HALLO UND WILLKOMMEN



