

## BEZIEHUNGSKOMPETENZ FÜR LEITUNG UND BERATUNG

### GRUPPENDYNAMISCHES SENSITIVITY-TRAINING

Die KEB in der Diözese Hildesheim e.V. bietet seit 5 Jahren zweimal jährlich eine Weiterbildung für Personen in Leitungsverantwortung und Berater\*innen als gruppenspezifisches Sensitivity-Training an. Die Veranstaltungen sind als Bildungsurlaub anerkannt. Sie sind zudem offen für alle Menschen, die ihre soziale Kompetenz weiterentwickeln möchten. Die Sensitivity-Trainings werden in Springe am Deister durchgeführt.

#### BEZIEHUNGSKOMPETENZ

Als soziales Wesen ist der Mensch elementar darauf angewiesen, in Beziehung zu anderen Menschen zu sein. Dies gilt für alle Lebensbereiche – sei es nun in privaten, beruflichen oder ehrenamtlichen Feldern. Für den privaten, insbesondere für den Bereich von Partnerschaft und Familie gibt es dafür schon

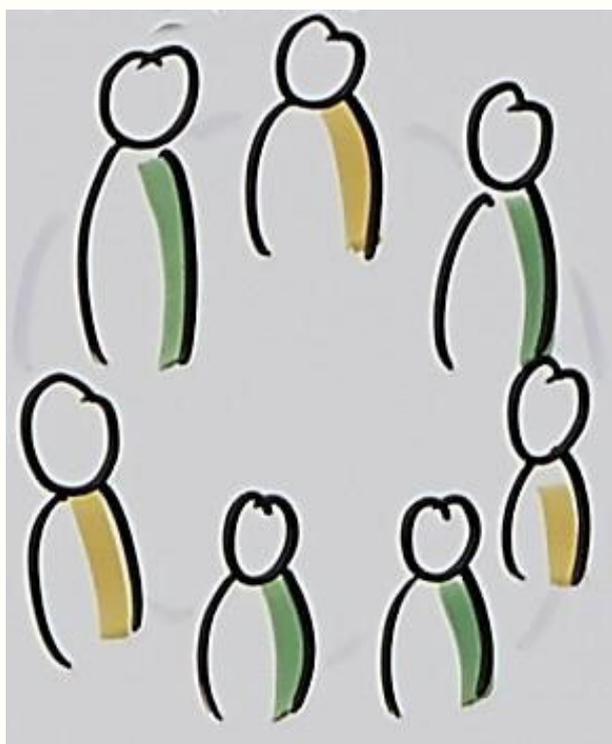
lange eine Sensibilität. Für Beruf und Ehrenamt dagegen wächst diese Einschätzung erst allmählich. So trifft zu, was der Neuropsychologe Joachim Bauer in einer Zusammenstellung neurobiologischer Befunde der Burnout-out-Forschung feststellt:

„Was vor dem Hintergrund der ausgeführten neurobiologischen Zusammenhänge deutlich werden sollte, ist die immense, bis vor wenigen Jahren noch völlig vernachlässigte Bedeutung, die eine professionelle Beziehungsgestaltung und angstfreies Arbeitsklima für effektive und gute Arbeit haben.“<sup>1</sup>

Dem ist hinzuzufügen, dass ein angstfreies und produktives Arbeitsklima die Folge einer guten Beziehungsgestaltung ist.

#### DER KÖNIGSWEG ERWACHSENEN LERNENS

Warum ausgerechnet ein fünftägiges gruppenspezifisches Sensitivity-Training? Das ist ganz entgegen dem Trend zu kurzen und werkzeugauffinen Weiterbildungen, am besten noch online. Sowohl hinsichtlich des zeitlichen Umfangs als auch der Methodik ist dieses aufwändige Format heute ungewöhnlich und vielen fremd. Trotzdem ist das gruppenspezifische Laboratorium – wie diese Lernform auch heißt – der „Königsweg erwachsenen Lernens“.



In keinem anderen Weiterbildungs-Ansatz ist die Gruppe der Teilnehmenden selbst der ausschließliche Ort, an dem alle gemeinsam untersuchen, wie die Einzelnen ihre Beziehungen gestalten und auf diese Weise die Gruppe entwickeln. Wie nehmen sie Kontakt auf, wie gehen sie mit Nähe und Distanz, Zuneigung und Ablehnung, Wünschen und Enttäuschungen, Kooperation und Konkurrenz, wie mit Macht und Ohnmacht, Konflikten sowie ihrer Rolle als Mann oder Frau um? Es entsteht ein Ort, der tiefe persönliche Erfahrungen und Erkenntnisse, über die der Beziehungsgestaltung zugrundeliegenden Prozesse und Bedingungen ermöglicht. Die Basis für dieses ungewöhnliche Format legte in den späten 1940er Jahren Kurt Lewin, der bedeutendste Sozialpsychologe des zwanzigsten Jahrhunderts, in seinen Forschungen zusammen mit seinen Mitarbeiter\*innen.

## ” DIE BASIS FÜR DIESES UNGEWÖHNLICHE FORMAT LEGTE IN DEN SPÄTEN 1940ER JAHREN KURT LEWIN.

Als Sensitivity-Training wurde es in Deutschland bekannt und seit 1968 wird das Konzept stetig weiterentwickelt und gilt nach wie vor als bewährte, zentrale Form sozialen Lernens. Hierbei entsprechen die von der KEB angebotenen Trainings den Ausbildungsrichtlinien der DGGO (Deutsche Gesellschaft für Gruppendynamik und Organisationsdynamik [www.dggo.de](http://www.dggo.de)). Das Bistum Hildesheim erkennt die Veranstaltung als „Auffrischungsschulung zur Prävention von sexualisierter Gewalt“ für Hauptberufliche an.

### DAS TRAINING

Die meisten Arbeitseinheiten finden als sogenannte „Trainingsgruppe“ statt, die zentrale Methode des gruppenspezifischen Lernens.

Die Trainingsgruppe bietet einen beständigen Wechsel von (Selbst-) Erfahrung, Reflexion und der Möglichkeit, Neues auszuprobieren. Beziehungsmuster werden »am eigenen Leib« erfahren und durch gegenseitige Rückmeldungen »besprechbar«. Es können auch neue Verhaltensweisen erprobt und deren Wirksamkeit überprüft werden. So können die Teilnehmenden ihre persönlichen Handlungsspielräume erweitern und ihre Beziehungskompetenz weiterentwickeln.

Durchbrochen werden diese Trainingsgruppeneinheiten durch Reflexionseinheiten, in denen bestimmte Aspekte des bisherigen Gruppengeschehens abstrahiert und mit theoretischen Modellen in Verbindung gebracht werden. Regelmäßige Lernpartnerschaften von zwei bis drei Personen begleiten die individuellen Lernprozesse.

### WAS ABSOLVENTINNEN UND ABSOLVENTEN SAGEN

Wir haben die Teilnehmerinnen und Teilnehmer unserer letzten Trainings gefragt, worin für sie der Wert dieser Lernform besteht:

*Elias (37, Unternehmer):*

„Das war ein Arbeiten in einer Tiefe und Intensität, die ich noch nicht erlebt habe und die mir in anderen Trainings gefehlt hat. Sehr schön war auch der Ort, die Nähe zum Wald vor allem. Die ganze Zeit empfehle ich das Training. Mich würde eher interessieren, warum man es nicht empfehlen soll.“

*Petra (56, Ärztin, Ordensfrau):*

„Das Training war anfordernd, aber nicht überfordernd. Tiefenwirksam. Es war professionell und einfühlsam geleitet und begleitet. Zu empfehlen ist es jedem, der in seiner Person wachsen will und sich auf tiefe Prozesse einlassen will. Außerdem jedem, der mit Menschen umgehen muss.“

---

<sup>1</sup> Bauer, J. (2015). Arbeit. Warum sie uns glücklich oder krank macht. München: Heyne, S. 53  
– zitiert nach Soff, M. (2017). Gestalttheorie für die Schule. (Wien: Krammer, S. 193)

### Robert

(49, Mitglied in der Unternehmensleitung eines internationalen Wirtschaftsunternehmens):

„Es war ein eye-opener, sehr erhellend. Ich bin ja so ein sachlicher Typ. Die ganze Breite von Beziehungskompetenzen und was es da so alles gibt und wie man das formulieren kann, das war für mich wichtig.“

### Heike (39, Pfarrerin):

„Genial war, dass es so viel Zeit und Raum für Verlangsamung und Wiederholung gab. Zu empfehlen ist es allen Menschen, die mit anderen Menschen zu tun haben – Supervisor\*innen, Coaches, Erzieher\*innen, Lehrer\*innen ... Für sie alle ist es ein guter Weg, ihrer eigenen Verantwortung nachzukommen.“

### Greta

(29, Angestellte Unternehmensberaterin):

„Wichtig war, dass nicht klar war, wie die nächsten Tage ausschauen. Das war stark und super, im Nachhinein. Wem würde ich es empfehlen: Entscheider, die die Macht über andere haben, Justiz, Richter, Polizei...“

### Gabriele (58, Freiberufliche Supervisorin):

„Es ist ein großartiges Format. Sich in Schleifen zu bewegen, hat ermöglicht, die Dinge erkennen und sie vertiefen zu können. Was ich gut fand: Wie die Trainer\*innen es gerahmt haben und gehalten haben. Das war ein sicherer Rahmen. Empfehlen? Spontan meinen Beraterkolleg\*innen, die auch aus verschiedenen Richtungen kommen. Da eine wichtige Erfahrung zu machen. Dann meinen ehemaligen Führungskolleg\*innen. Und allen, die an Selbsterfahrung interessiert sind.“

### Stefan (44, Erwachsenenbildner):

„Ich finde es einfach ein geiles Format. Weil es so ein Erlebnis ist und so intensive Exploration ermöglicht. Ich versuche das immer in meinen Gruppen... Das Format ist toll, weil es so viel Tiefe kreiert. Vieles, was ich in meiner Arbeit erfahre, habe ich hier wiedergefunden. Dass man für Dinge, die man schon kennt, jetzt Namen, Begriffe hat. Empfehlen: Allen, die glauben, sich damit auszukennen. Allen, die sozial unterwegs sind oder das glauben. Oder allen ... auch in meinem Team.“



Hermann-Josef Noll

- Supervisor und Coach (DGSv), Lehrsupervisor, Ausbildungsberechtigter Trainer für Gruppendynamik und Gruppendynamischer Organisationsberater (DGGO)



Dr. Monika Stützle-Hebel

- Psychologische Psychotherapeutin, Ausbildungsberechtigte Trainerin für Gruppendynamik und Gruppendynamische Organisationsberaterin (DGGO), Supervisorin (DVG, BDP)



Alexandra Jürgens-Schaefer

- Geschäftsführung Katholische Erwachsenenbildung in der Diözese Hildesheim e.V. Ausbildungsberechtigte Trainerin für Gruppendynamik und Gruppendynamische Organisationsberaterin (DGGO)