

GESPRÄCHSANKER

Für den Umgang mit und diskriminierenden demokratiefeindlichen Äußerungen

ZIELE KLÄREN

KONTEXT? ROLLE?

- Aufmerksam **ZUHÖREN**
- **BOTSCHAFTEN** entschlüsseln

GESPRÄCHSFADEN HALTEN

Gemeinsame **WERTE** betonen

WIDERSPRÜCHE aufdecken

UNTERSTÜTZUNG suchen

Beim **THEMA** bleiben

HUMOR

Eigene **ERFAHRUNGEN/ HINTERGRUNDWISSEN**

- NACHFRAGEN**
- Wie genau meinst du das?
 - Woher hast du die Information?
 - Hast du das selbst erlebt?

DAS **DIE** auflösen

- ICH - BOTSCHAFTEN**
- Wahrnehmung
"Ich nehme wahr / verstehe / sehe..."
 - Wirkung
"Das irritiert mich / ärgert mich..."
 - Wunsch
"Ich wünsche mir, dass..."

- HALTUNG ZEIGEN**
- Stopp sagen / Grenzen ziehen
 - Eigene Position deutlich machen

Gegebenenfalls Situation verlassen

- Ruhig bleiben
- Respektvoll kommunizieren
- Einfache klare, bildhafte Sprache nutzen
- Authentisch bleiben
- Ziele für das Gespräch im Blick behalten
- Körperhaltung bewusst einsetzen

Die Fakten zu kennen, kann hilfreich sein. Aber: Manchmal geht es nicht um Inhalte, sondern um Gefühle. Dann helfen Zahlen und Statistiken nicht weiter.

