



## Der Diskurs ist kaputt – wie bleiben wir im Gespräch?

*In unseren Folgen 41 und 42 besprechen wir, dass viele Gesprächsthemen nicht mehr leicht besprechbar sind: sofort treffen verhärtete Meinungen aufeinander und das Gespräch eskaliert. Deshalb vermeiden wir manchmal, die Themen überhaupt anzusprechen. Im Podcast stellen wir Hypothesen auf, woran das liegen kann. Und wir sammeln Schritte, wie wir auch bei unterschiedlichen Überzeugungen im Gespräch bleiben können. Denn wir glauben, dass wir die meisten Probleme als Menschen nur gemeinsam lösen können, anstatt in zersplitterten Gruppen.*

### Faktoren, die unsere Gespräche so schwierig machen

#### 1. Komplexität

Die meisten dieser Themen bestehen aus sehr vielen Punkten, die in Abhängigkeit und Wechselwirkung zueinander stehen. Sie sind unübersichtlich, nicht leicht zu verstehen und erst recht nicht leicht zu lösen. Unser menschliches Gehirn denkt allerdings am liebsten einfach und kausal. Die vermeintlich einfache (und nicht realistische) Lösung gefällt uns deshalb. Und für die Komplexität und den „ungelösten“ Zustand haben wir meistens nicht die Geduld und die Kapazität.

#### 2. Gravierender Wandel

Die Gesellschafts- und Wirtschaftssysteme, in denen wir leben, sind in einem enormen Umbruch. Solche Zeiten haben immer Spannungen, Widerstände und Eskalation mit sich gebracht: das erleben wir auch jetzt. Echte und inszenierte Krisen und Bedrohungen beschäftigen uns; das wirkt sich im Berufs- und Arbeitsleben aus. Eine neue Normalität und neue Regeln, auf die Verlass sind, sind noch nicht in Aussicht. Das beunruhigt viele.

#### 3. Erwartungshaltung

Oft glauben wir, wir müssen Einigkeit erreichen oder die andere Person überzeugen. Dass das manchmal nicht erreicht werden kann oder muss und dass dann ein Dissens stehen bleibt, das können wir schlecht aushalten.

#### 4. Überzeugungen

Unsere grundsätzlichen Überzeugungen treffen aufeinander. Gebildete Überzeugungen können wir nicht leicht hinterfragen und ablegen. Unbewusst bestimmen sie, wie wir Informationen wahrnehmen: nämlich so, dass sie unsere Überzeugungen wieder bestätigen. Ein ganz bewusstes Aufgeben von Überzeugungen ist eine große Anstrengung und ein großes Eingeständnis, das wir nicht leicht auf uns nehmen.

#### 5. Anspruchsrecht-Denken

Was wir über lange Zeit gewohnt sind, nehmen wir als unseren rechtmäßigen Anspruch wahr: wir sind überzeugt davon, dass es uns zusteht. Die Veränderungen der Gesellschaft und der Lebensräume bedeuten, dass wir uns in der Zukunft nicht mehr alles erlauben können, das wir als unser Recht wahrnehmen. Viele erleben das als Angst, dass ihnen etwas weggenommen werden soll. Und dann versuchen sie für die Aufrechterhaltung des Status Quo zu kämpfen.



## Faktoren, die unsere Gespräche so schwierig machen

### 6. Positionen

Es ist schwierig, eine Position einzunehmen. Dafür musst du dich informieren. Gleichzeitig reduzieren viele von uns ihren Nachrichtenkonsum aufgrund der großen Menge an sehr beunruhigenden Nachrichten. Auch wird es unklarer, welche Informationsquellen zuverlässig sind. Wenn man dann zu einem Thema eine Position einnimmt, wird man von anderen Gesprächspartnern schneller als radikal bezeichnet (u. a. wegen der oben genannten Punkte). Deshalb halten sich wiederum viele zurück – wodurch gemäßigte Positionen kaum mehr gehört werden und die polarisierenden Positionen das Gespräch bestimmen.

### Themen, zu denen ein ruhiger Austausch nur schwer möglich ist

In den letzten zehn Jahren hat es in unserer Gesellschaft zugenommen, dass bestimmte Themen nicht mehr gut besprochen werden können, ohne dass die Gemüter sich erhitzen und die Meinungen aufeinander prallen. Wir sehen das bei Themen wie *Migration* und *Integration*, bei *gendergerechter Sprache* und der *Menschenwürde von queeren Personen*, bei den Effekten der *Massentierhaltung*, dem *Krieg Russlands in der Ukraine*, bei dem *Vorgehen der israelischen Regierung in den Palästinenser-Gebieten*, bei Nachrichten aus der *US-Politik*, dem *Umgang mit Rechtsextremismus*, *Medienkritik*, *Tempo-Limit*, *Impfen* und bei der *Erhaltung unserer Lebensräume durch Klimaschutzmaßnahmen*.

Im beruflichen Feld sind es vielleicht nicht so viele Themen, doch auch hier werden die Debatten schwieriger: die *Regelung von Home Office* und der *Einsatz von KI* sind zwei Beispiele für komplexe Themen, bei denen sich manches Mal eher „Glaubensrichtungen“ gegenüberstehen als rationale Argumente.

### Orientierungspunkte, wenn Ihr zu diesen oder anderen „brisanten“ Themen ein offenes Gespräch aufrecht erhalten wollt

#### 1. Voraussetzung

Du hast für dich selbst geklärt, dass du mit der/n anderen im Gespräch bleiben möchtest. Deine Gesprächspartner:innen sind auch bereit, mit dir in Dialog zu treten/zu bleiben.

#### 2. Einstellung

Hilfreich sind folgende Gedanken für eine offene Einstellung zu dem Gespräch:

- Bereitschaft zu einer echten Neugierde: weshalb vertritt die andere Person die andere Meinung
- Bereitschaft zur Kontroverse: ihr seht das Thema jetzt schon anders. Jede/r darf bei ihrem Standpunkt bleiben, der Dissens darf bestehen bleiben
- Bereitschaft zum Experiment: es gibt nichts zu erreichen. Keine/r muss überzeugt werden
- die Annahme, dass es besser ist bei unterschiedlicher Meinung im Kontakt zu bleiben anstatt dass der Kontakt abreißt



Orientierungspunkte, wenn Ihr zu diesen oder anderen „brisanten“ Themen ein offenes Gespräch aufrecht erhalten wollt

### 3. Reflexion und Kundgabe

Hilfreich und wichtig scheint uns der Fokus auf die eigene Wahrnehmung und Reaktion: worauf reagierst du, was lässt dich hochfahren, was passiert in dir? Teile dies mit anstelle Dinge zu bewerten, die die anderen sagen.

### 4. Klare Trennung beim Verstehen

Mach dir bewusst, dass diese drei Abstufungen getrennt voneinander sein dürfen

- Verstehen: du verstehst rein sachlich die Gedanken und Gefühle der anderen Person
- Verständnis haben: du kannst nachvollziehen, dass die andere Person so gefühlt/gedacht/gehandelt hat
- Einverstanden sein: du stimmst den Gedanken/Gefühlen/Handlungen der anderen Person zu

Du kannst also andere Meinungen verstehen und vielleicht sogar nachvollziehen. Das muss noch lange nicht bedeuten (und schon gar nicht automatisch), damit einverstanden zu sein.

### 5. Strukturen

Ebenfalls hilfreich ist das Vereinbaren von Strukturen und Gesprächsregeln. So bietet es sich an, zunächst ein Themen und Redezeiten festzulegen und nicht bewertend auf das zu reagieren, was die anderen sagen. Mehrere Runden und eine Moderation können hilfreich sein, dass das Hören und Verstehen vertieft wird und die Teilnehmenden sich nicht doch hochschaukeln. Wenn ihr euch zutraut, nach dem Anhören der anderen in einen Dialog zu gehen, kann es hilfreich sein, das Gespräch weiterhin zu verlangsamen. Z. B. darüber, dass du zunächst wiedergibst, was du von der anderen Person verstanden hast. Und erst dann die eigenen Gedanken mitteilst, wenn die/der Andere sich von dir verstanden gefühlt hat.

#### Hilfreiche Links:

In den Liberating Structures heißt das Format, von dem Katja in der Podcast-Episode 42 berichtet „Conversation Café“. [Hier findest Du die Anleitung.](#)

Beim Verein Mehr Demokratie e.V. gibt es ein ähnliches Format, es heißt „Sprechen & Zuhören“. [Mehr dazu findest Du hier.](#)

Zu dem Unterschied zwischen Verstehen, Verständnis und Einverständnis gibt es bei LinkedIn ein [kleines Video von Friedemann Schulz von Thun.](#)

Und hier findest Du den [TEDx Talk von Daryl Davis](#) bei YouTube.