

UMGANG MIT UNSICHERHEIT



„Verstehen sollte ich den anderen immer, egal, ob ich mit ihm übereinstimme oder nicht. Verständnis haben für seine Empfindlichkeiten und Reizbarkeiten vielleicht, aber ob ich einverstanden bin, ist eine ganz andere Frage. Also, um einen Dialog zu führen, muss ich von der Annahme ausgehen, dass der andere recht haben könnte. Insofern hilft diese Unterscheidung von Verstehen, Verständnis und Einverständnis eine tatsächliche Dialog- und Gesprächsbereitschaft zu klären.“

Bernhard Pörksen, Medienwissenschaftler

Checkliste Lernfortschritt

- ☐ "Unsicherheit gehört dazu" (Text)
- ☐ "Ganz typische Unsicherheiten" (Kartendeck)
- ☐ "Von Scham zu Verantwortung: Accountability lernen" (Text)
- ☐ "Nonpology - Entschuldigungen, die keine sind"
- ☐ Übungen & Reflexionsfragen

Eigene Notizen

UMFANG MIT UNSICHERHEIT

ÜBUNGEN

1 Fragen gegen Sprachlosigkeit

Formuliere bitte jeweils eine Frage in Reaktion auf die jeweilige Situation.

Du lernst eine Person kennen, die Neopronomen benutzt, die du noch nicht kennst.

Du arbeitest im Kundenservice, am Telefon meldet sich eine Person und du weißt nicht, wie du sie ansprechen sollst.

In der Teamsitzung auf der Arbeit teilt eine Person aus dem Vertrieb mit, dass sie nicht-binär ist und nicht mehr als Frau Müller adressiert werden möchte.

Dein Kind (oder ein Kind in deinem Umfeld) vertraut dir an, dass es darüber nachdenkt, ob es vielleicht trans sein könnte.

2 Alltagsbeobachtung

Beobachte dich selbst: Wo spürst du Unsicherheit im Zusammenhang mit geschlechtlicher Vielfalt oder gendersensibler Sprache. Wie macht sich diese Unsicherheit bemerkbar und in welchen Situationen tritt sie auf?

UMGANG MIT UNSICHERHEIT

ÜBUNGEN

3 Entschuldigen, aber richtig

Welche Aspekte gehören zu einer ehrlichen Entschuldigung und was sollte unbedingt vermieden werden? Nenne mindestens vier Stichpunkte.

4 Nonpology

Markiere im Text die Elemente einer Nonpology und benenne sie.

„Es tut mir leid, dass das jetzt in einen Streit ausgeartet ist. Das war wirklich nicht meine Absicht. Du kennst mich doch, ich bin manchmal etwas unbedacht, aber doch kein schlechter Mensch! Ich hab ein richtig schlechtes Gewissen jetzt. Weil eigentlich sind wir uns doch einig, oder?! Falls sich jemand durch meine Art verletzt gefühlt hat, tut mir das leid. Bitte sei mir nicht mehr böse.“

UMGANG MIT UNSICHERHEIT

REFLEXION

- 1 Welche Ideen hast du, um deiner Unsicherheit zu begegnen? Was könntest du (im Alltag) ausprobieren? Wer könnte dich unterstützen?

- 2 Wie reagierst du auf Kritik? Welche Reflexe nimmst du wahr?

UMGANG MIT UNSICHERHEIT

REFLEXION

- 3 Welche neuen Erkenntnisse hast du aus diesem Lernabschnitt gewonnen?

- 4 Welche offenen Fragen hast du nach diesem Lernabschnitt? Wo könntest du Antworten finden?