

VEREINBARUNGEN FÜR TREFFEN

Verwende „Ich“-Aussagen – sprich nur für dich selbst.

Zu sagen: „Ich finde es schwierig, wenn...“ statt „es ist wirklich schwierig, wenn...“ kann das Gefühl bestärken, dass unsere Erfahrung uns gehört und wir nicht verallgemeinern. Ebenso kann es hilfreich sein, zu sagen: „Ich fühlte mich wütend, als...“ statt „Du hast mich wütend gemacht“.

Verwende die bevorzugten Pronomen der Mitglieder

Teilnehmer*innen definieren sich selbst durch die Verwendung von sie/ihr, er/sie oder eines anderen Personalpronomens.

Verwende Handsignale (siehe Illustrationen)

So wird jede*r eine Chance bekommen, zu Wort zu kommen und beizutragen

Keine beleidigende Sprache (auch nicht im Scherz) und keine öffentliche Bloßstellung

Respektiere die Meinung aller Beteiligten

Genau so, wie du es dir auch für deine eigene Meinung wünschen würdest

Kläre Probleme im Zweiergespräch, ausserhalb der großen Runde

Wenn du Probleme mit dem Verhalten einer Person hast, sprich mit ihr persönlich oder sprich mit der Koordinatorin deiner Gruppe, um Unterstützung bei der Konfliktlösung zu erhalten

Ermutige alle Stimmen („radikale Inklusivität“)

Wir schaffen einen Raum, in dem alle sich sicher und willkommen fühlen, beizutragen.

Stelle Fragen

Es gibt keine dummen Fragen (vergiss aber dabei nicht die vereinbarten Handsignale)

Sei prägnant

Überlege, ob etwas wirklich gesagt werden muss, und wenn ja, wie du es kurz und bündig ausdrücken kannst

Sei lösungsorientiert

Bringe die Diskussion voran, in dem du konkrete Vorschläge machst, anstelle nur Kritik zu üben

Mach! ...

Wenn du eine großartige Idee hast oder etwas siehst, das verbessert werden könnte, dann mach es! Es gibt keine „Verantwortlichen“, die dies automatisch übernehmen, oder dir Erlaubnis erteilen

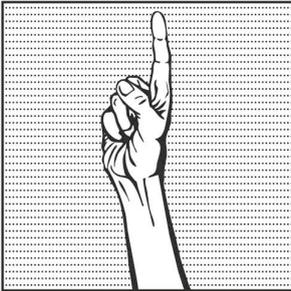
... aber übernehme dich nicht

Bevor du ja sagst, überlege dir ernsthaft, ob du in der Lage bist, eine Aufgabe zu übernehmen, um Burnout und Überlastung zu vermeiden. Gib Aufgaben zurück, wenn du sie nicht erledigen kannst.

Wir sind alle Crew

Dies ist kein Wettbewerb, wer mehr macht oder perfekter ist. Wir sind hier, um uns gegenseitig zu unterstützen und zu stützen.

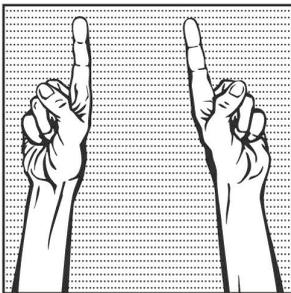
HANDZEICHEN



Wortmeldung / Frage

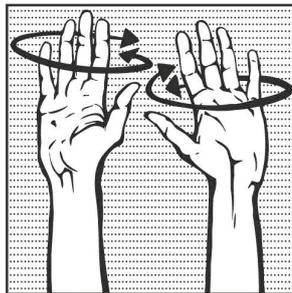
„Ich habe etwas zu sagen“ / „Ich habe eine Frage“

Bitte beachte: wenn du deine Hand hebst, schaue dich um, ob bereits andere Wortmeldungen signalisiert werden. Wenn es keine aktuelle Wortmeldung gibt, Zeige nur deinen Zeigefinger. Wenn es bereits eine weitere Meldung gibt, du also Zweite*r in der Reihe bist, signalisiere dies mit zwei Fingern – und so weiter. Achte selbst darauf, an welcher Position der Reihenfolge du bist und signalisiere dies mit deinen Fingern. Wenn du in der Reihenfolge aufrückst, reduzierst du die Anzahl deiner gezeigten Finger entsprechend selbstständig.



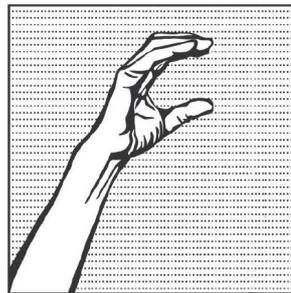
Direkte Wortmeldung

„Ich habe eine direkte Antwort oder Korrektur!“ Fasse dich dabei kurz!



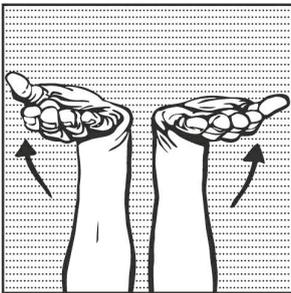
Zustimmung

„Ich stimme zu.“ / „Ich finde diese Idee oder diesen Vorschlag gut.“



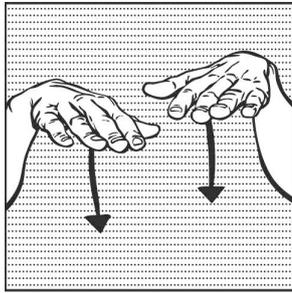
Klärung nötig

„Was du gesagt hast, ist mir nicht klar.“ / „Ich verstehe das nicht.“



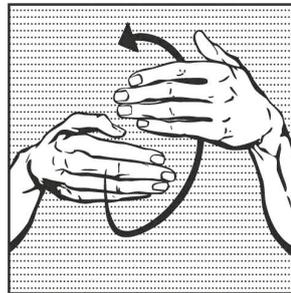
Lauter, deutlicher

„Sprich bitte lauter (deutlicher), du bist schwer zu verstehen.“



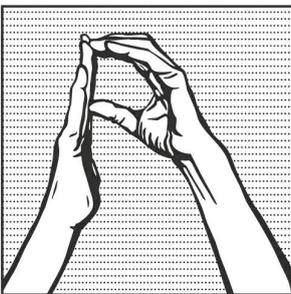
Cool bleiben, leiser, langsamer

„Bitte beruhigt euch (dich).“ / „Bleibt sachlich.“ / „Bitte sprich leiser.“



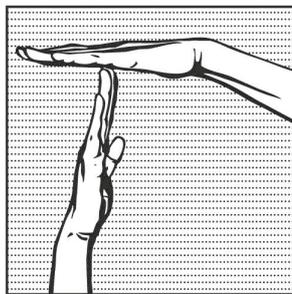
Ich habe verstanden, wir müssen das nicht länger diskutieren

„Ich habe verstanden, du kannst zum Ende kommen.“ / „Du wiederholst dich.“ / „Wir drehen uns im Kreis.“



Prozessvorschlag

„Ich habe einen Vorschlag, wie es weitergehen kann.“



Unterbrechung, Technik

„Ich brauche eine Pause.“ / „Ich habe etwas organisatorisches, das nicht warten kann!“