

5 Schritte eines gewaltfreien Dialoges

(nach Jean Goss)

1. Die Wahrheit meines Gegners - Zwei Varianten

a) Die Person ist anwesend:

Die Wahrheit des anderen entdecken; ihm Raum geben und mein aktives Zuhören, damit er sie darstellen kann; ich fasse dann bestmöglich in Worte, was ich von ihm / ihr verstanden habe

b) Die Person ist nicht anwesend:

Auf die Suche gehen nach der Wahrheit des anderen und sie dann bestmöglich in Worte fassen, was ich davon verstanden habe

In beiden Fällen: Den anderen nicht diabolisieren, sondern seine Wahrheit, seine Logik und sein Leiden anhören.

2. Meinen Anteil am Konflikt,

meine Irrtümer anerkennen und aussprechen

3. Die Werte aussprechen,

die uns verbinden und in deren Namen wir sprechen

Die Gemeinsamkeiten stärken; Festigung und Erweiterung der Dialogbasis; die gemeinsamen Werte und Interessen unterstreichen; den gemeinsamen Standort erweitern der uns verbindet

Dieser 3. Schritt fordert ein tiefes Hinhören auf den anderen und seinen Standpunktes.

4. Die Ungerechtigkeit darstellen,

ohne auf die Personen zu zielen, die davon profitieren, sondern ganz klar die Konsequenzen aufzeigen, die zerstörerischen Auswirkungen, die Schäden, die die Opfer erleiden. Das Ziel ist, dass der/diejenige, die von der Ungerechtigkeit profitiert, sich des Übels bewusst wird, das er mit verursacht und dass er selbst etwas ändern will. Nicht die Person und die begangene Ungerechtigkeit verwechseln.

5. Einen konkreten, realistischen Vorschlag machen.

Die Kunst der kleinen Schritte von Gandhi praktizieren. Gandhi hatte es immer auf das Gewissen seines Gegners absehen. Er wollte ihn an dieser Stelle berühren. Seine Vorgangsweise war also, dass, wenn er etwas einforderte, sein Gegenüber schon genügend vorbereitet war und seine Forderungen akzeptabel waren.

Know-how: Die Fähigkeit einbringen, Alternativen zu formulieren, die zur Wiederherstellung der Gerechtigkeit führen. Nicht nur nein zur Ungerechtigkeit sagen, sondern schon am Anfang der Analyse einer Ungerechtigkeit an eine realistische Alternative denken, an eine Vision oder gesellschaftliches Projekt.

5 étapes du dialogue non-violent

(selon Jean Goss)

1. Reconnaître la vérité de l'autre – Deux variantes :

a) La personne est présente

Lui ouvrir un espace pour l'écouter dans sa vérité profonde et la valider avec empathie.

b) La personne n'est pas présente

Si j'écris à l'autre, chercher d'abord activement sa vérité, pour réussir à la mettre dans des paroles qui le rejoignent.

Dans les deux cas, ne pas le diaboliser mais entendre sa part de vérité, sa logique, ses souffrances.

2. Reconnaître ma part de responsabilité dans le conflit, reconnaître mes erreurs et les dire.

3. Dire les valeurs sur lesquelles nous sommes d'accord et au nom desquelles je parle. Renforcer le terrain d'entente, consolider et étoffer la base du dialogue, souligner nos valeurs partagées et nos intérêts communs, élargir la plate-forme commune, l'assiette sur laquelle nous sommes réunis.

Si les deux premières étapes ont ouvert une porte à la rencontre en présentiel, la 3ème étape peut être celle de l'écoute profonde de l'autre, de son point de vue.

4. Présenter l'injustice,

sans viser les personnes qui en profitent mais en montrant clairement le mal qui est fait et ses conséquences, ses effets destructeurs, les dégâts subis par les victimes. Le but est que celui qui profite de l'injustice prenne davantage conscience du mal dont il est complice et ait lui-même envie/intérêt de faire bouger les choses. Ne pas confondre sa personne et l'injustice.

5. Faire une proposition très concrète et réaliste.

Pratiquer l'art des petits pas de Gandhi. Gandhi se battait au niveau de la conscience de son adversaire, il touchait sa conscience et la travaillait, de telle manière que quand il exigeait un point, celui-ci était déjà suffisamment partagé et accepté par ses interlocuteurs.

Être capable de formuler des alternatives, qui permettent de rétablir la justice. Ne pas seulement dire non à une injustice mais réfléchir dès le début de l'analyse de l'injustice à une alternative réaliste, avoir une vision, un projet de société

5 steps to non-violent dialogue

(according to Jean Goss)

1. Acknowledge the other person's truth – Two variants:

a) The other person is present

Create a space to be able to listen to his or her deepest truth and validate it with empathy.

b) The other person is not present

If writing to the other person, first, actively seek his or her truth, in order to be able to put into words that speak to them.

In both cases, do not demonize the other persons, but listen to their part of the truth, their logic, their suffering.

2. Acknowledge my own share of responsibility in the conflict,
my mistakes, and name them.

3. State the values on which we agree and in whose name I speak.

Strengthen the common ground, consolidate and increase the basis for dialogue, emphasize our shared values and common interests, broaden our shared platform, the basis on which we are gathered.

If the first two steps have opened a door to the encounter, the third step can be that of listening deeply to the other person, to his or her point of view.

4. Present the injustice,

without targeting the people who benefit from it, but rather, clearly show the harm that has been done and its consequences, its destructive effects, the damage suffered by the victims. The aim is that the person who profits from the injustice becomes more aware of the harm of which he or she is an accomplice and consequently, will have a desire/interest in bringing about change. Do not confuse the “person” with the injustice.

5. Make a very concrete and realistic proposal.

Practice Gandhi's art of small steps. Gandhi fought at the level of his opponents' conscience. He spoke to their conscience and worked on it, so that when Gandhi asked for something, it was already sufficiently shared and accepted by his opponents.

Be able to formulate alternatives, which make it possible to restore justice. Don't just say no to an injustice, but reflect on a realistic alternative from the very beginning of the analysis of the injustice - have a vision, a project for society.