

# EbV



## Empathiebasierte Verständigung



**ISSO** | Institute for  
Social & Sustainable  
Oikonomics

**martin ■ goerlitz ■ stiftung**

Gefördert von:



**Rheinland-Pfalz**  
MINISTERIUM FÜR  
FAMILIE, FRAUEN, KULTUR  
UND INTEGRATION

# Seminar am 23.09.2024 im Dreikönigenhaus

1. Einführung in die Themenlandschaft Empathie
2. Sinn und Notwendigkeit Empathiebasierter Verständigung
3. Grenzen von Gesprächsbereitschaft und Toleranz
4. Praktische Umsetzung anhand von Alltagsbeispielen



*»Tatsachen schafft man nicht  
dadurch aus der Welt, dass man  
sie ignoriert«*

Aldous Huxley (1927)

# EbV



Empathiebasierte  
Verständigung



## IN WENIGEN WORTEN

### DAS PROBLEM

Rechtsradikalismus ist ein aktuelles Problem, sowohl durch Ideologie als auch durch Gewalt. Die demokratische Kultur in Deutschland ist potenziell in Gefahr.

### DIE SITUATION

#### **Wir sollten miteinander reden!**

Bekannte Methoden wie *Gewaltfreie Kommunikation* reichen nicht. Es braucht neue Ansätze, die fundiert gegen ein Abdriften nach Rechts wirken.

### DIE IDEE

#### **Empathie als Ressource aktivieren**

Andere Perspektiven einnehmen. Im Kontakt bleiben. Interventionen umsetzen und demokratischen Austausch stärken.

## Definition von Radikalismus

»Ein Einstellungsmuster, dessen verbindendes Kennzeichen **Ungleichwertigkeitsvorstellungen** darstellen. Im sozialen Bereich sind sie gekennzeichnet durch antisemitische, fremdenfeindliche und sozialdarwinistische Einstellungen«

(Kreis, 2007)

## BIG 3 DES RECHTSEXTREMISMUS



### SOZIALE DOMINANZ ORIENTIERUNG (SDO)

#### KONKURRENZDENKEN

Menschen betrachten die Gesellschaft als Hierarchie-Ordnung, aus der sich soziale Dominanz ableitet.



### FEHLENDE EMPATHIE

#### BLOCKADE & VERDRÄNGUNG

Empathie kann intentional blockiert werden oder nur auf die Eigengruppe gerichtet sein. Folge kann u.a. eine Sprache, die Extremismus und Gewalt verursacht, sein.



### RECHTSGERICHTETER AUTORITARISMUS (RA)

#### BEDROHUNGSEMPFINDEN

Erhaltung einer stabil konventionellen, homogenen Gesellschaftsordnung gegenüber einer empfundenen ständigen Bedrohung.

## Was ist Empathie?

Empathie bezeichnet im weitesten Sinne die Reaktionen eines Individuums auf beobachtete Erfahrungen eines anderen und die Fähigkeit, diese Emotionen der anderen Person zu teilen und von ihnen berührt zu werden.





## **Kennenlernen** und Reflexion (10min.):

### **Meine Erfahrungen:**

Welche Situation erinnere ich, in der Empathie fehlte?



### **Meine Idee:**

Wie hätte Empathie aktiviert werden können?



### **Meine Annahme:**

Was hätte sich dadurch verändert?





# Empathie kultivieren

## EXPERTENMEINUNG

“Solange ich mir vorstellen kann, dass X eine **Geschichte** hat, kann ich X gegenüber Empathie entwickeln.“

– Wolf-Andreas Liebert (2019)



## IMAGINATION

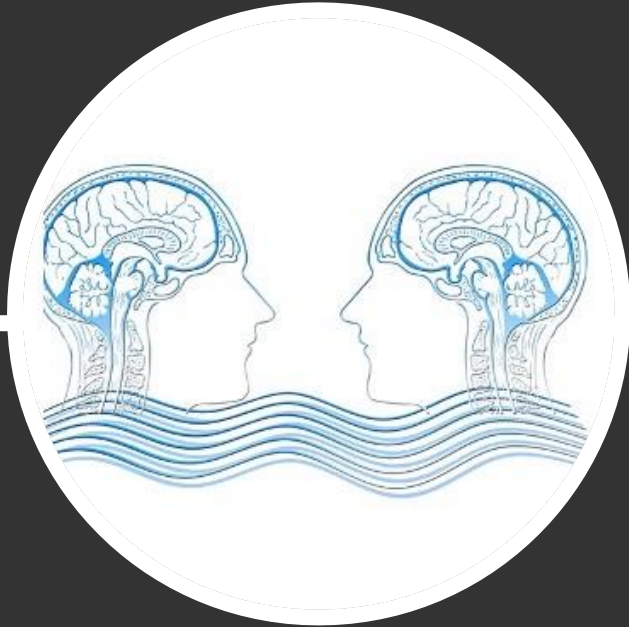
Verständnis aufbringen. Imaginieren einer positiven Identität und Reduktion negativer Emotionen. Person und Verhalten getrennt voneinander sehen.



## Trainieren von EMPATHIE

Kognitiven und emotionalen Zugang zu Menschen kultivieren. Vielfalt akzeptieren.. Als Mensch wachsen und offene Haltung gegenüber anderen erlernen.

# EMPATHIEBASIERTE VERSTÄNDIGUNG



## DIE EIGENE EMPATHIE

Ausgangspunkt für alle Aktiven: sich selbst reflektieren und Empathie als professionelle Fähigkeit aktivieren.



## DIE ZIVILGESELLSCHAFT

Empathie ermöglicht Solidarität und demokratisches Miteinander im Kleinen und Großen. Polarisierung und Spaltung kann vorgebeugt werden.



## DIE EMPATHIE DER ANDEREN

Die Empathie der Beteiligten wird erweckt und Blockadehaltungen aufgelöst.

## Was macht Kultur so besonders?

Packt uns bei den Gefühlen – löst **Emotionen** aus – rührt uns zu Tränen und lässt uns vor Freude singen und tanzen. Schmeißt den Motor an und löst Handlungen aus.

Filme, Musiker, Theater, Literatur, Architektur, Tanz, Höhlenmalerei, Kunst z.B. verhüllter Reichstag, Karnevalsumzug etc.

# Die Kultur bietet eine Rahmung für Erlebnisse



## Öffentlichkeit

Stimmung

Räumlichkeit

Anzahl von Menschen

Alter und Bildung



## Kontakt

Interessen

Kennenlernen

Wertschätzung

Respekt



## Verständigung

Sprache

Erlebnisse

Austausch

Gemeinsamkeit

*„Gefühle spielen eine Rolle für unsere  
Entscheidungen und ziehen sich durch  
unser gesamtes Dasein“*

Antonio Damasio, 2017

# „Ich seh’ dir in die Augen, Kleines“

„Casablanca“ feierte vor 80 Jahren Premiere – Viele Zitate des Filmklassikers sind ins kollektive Gedächtnis eingegangen

Von Gregor Tholl

■ **Casablanca.** Erst Selbstmitleid, dann Selbstlosigkeit – mitten in den Wirren des Krieges. Barbesitzer Rick, gespielt von Humphrey Bogart, jammert Ende 1941 nach dem Auftauchen seiner Verflorenen in Französisch-Marokko: „Nicht zu fassen: Von allen Kaschemmen der ganzen Welt kommt sie ausgerechnet in meine.“ Doch am Schluss wächst er über sich hinaus, rettet seine geliebte Ilsa (Ingrid Bergman) und deren Mann. Es gibt nun mal Wichtigeres im Leben als eine erfüllte romantische Liebe – zum Beispiel den Kampf gegen die Nazis. Das ist die Story des Filmklassikers „Casablanca“. Vor 80 Jahren, am 26. November, hatte er Premiere, bevor er am 23. Januar 1943 in die US-Kinos kam.

„Verhaften Sie die üblichen Verdächtigen“ als Ansage des korrupten französischen Polizeichefs Louis Renault (Claude Rains) gehört zu den vielen berühmten Zitaten des Films von Regisseur Michael Curtiz. „Spiel es einmal, Sam – zur Erinnerung an damals“, lautet ein weiteres (und nicht „Spiel’s noch einmal, Sam“, wie viele denken). Ilsa sagt den Satz, als sie mit ihrem Mann Victor László (Paul Henreid) unerwartet in „Rick’s Café Americain“ in Casablanca auftaucht und den Pianisten Sam (Dooley Wilson) wieder sieht, Ricks guter Freund.

Und dieses „damals“, das sie meint, ist natürlich klischeegerecht Paris, die Stadt der Liebe, in der Ilsa und Rick im Sommer 1940 eine Affäre hatten, kurz bevor die Nazis



„As Time Goes By“ – wie die Zeit vergeht: Vor inzwischen 80 Jahren feierte der Leinwandklassiker „Casablanca“ Premiere. Humphrey Bogart (links) ist darin als Rick und Ingrid Bergman (rechts) als Ilsa zu sehen. Der Film war damals auch ein Stelldichein von Stars im Exil. Foto: Turner Entertainment Co./dpa

Kuss ist nur ein Kuss, ein Seufzen nur ein Seufzen“).

In kitschigen Rückblenden erfährt der Zuschauer, wie das damals war, wie sich Ilsa und Rick in den letzten Tagen vor dem Einmarsch der Deutschen das Leben versüßten („Wir haben doch ausgemacht: keine Fragen“). Romantisch fällt hier auch der Satz, den heute wohl jeder kennt und den

in Marokko noch Tanger (mit dem Hotel El Minzah) an das heran, was hier in Casablanca erzählt wird. Der Ich-halte-für-niemanden-den-Kopf-hin-Rick hat am Ende doch ein Herz. Der vorgebliche Zyniker stellt Ilsa und ihrem Mann sichere, unbezahlbare Transitvisa, die er hat, zur Verfügung – damit die beiden fliehen und weiter für die gute Sache kämpfen können.

chen gedreht wurde. So heißt es etwa in Gesprächen mit Bogarts Rick: „Welche Nationalität haben Sie?“ Antwort: „Ich bin Trinker.“ Oder aber: „Wo warst du letzte Nacht?“ Antwort: „Das ist so lange her, ich erinnere mich nicht.“

„Casablanca“ ist und bleibt der Liebesfilm aller Liebesfilme. Auch nach acht Jahrzehnten wirkt das mit drei Oscars ausgezeichnete

So kam der Film vor 70 Jahren (29. August 1952) unfassbar geschnitten in die deutschen Kinos. Er enthielt kaum noch Hinweise auf den Zweiten Weltkrieg. Die Szenen mit Major Strasser und den Nazis waren raus. Die Deutschen stimmen in Ricks Café „Die Wacht am Rhein“ an? Die französischen Patrioten singen sie gerührt mit der „Marseillaise“ nieder? Im 50er-



**Viele Menschen  
haben eine  
Sehnsucht nach  
gesellschaftlicher  
Stabilität**



**WAS MENSCHEN SAGEN:**

**WAS SIE MEINEN:**

Das wird man ja wohl noch sagen dürfen!



Dafür wird man ja wohl noch bedingungslose Zustimmung erwarten dürfen!



Wir haben Meinungsfreiheit!



Ich will meine Meinung sagen, ohne dass irgendwer eine andere Meinung sagt!



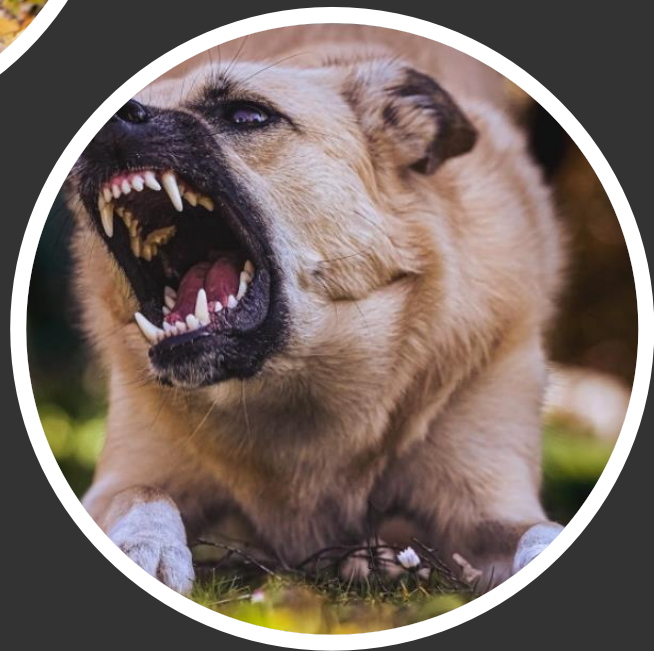
Das darf man ja heutzutage gar nicht mehr sagen.



Meinungsfreiheit ist scheiße, wenn dann mehr Menschen eine andere Meinung haben als ich!



erzaehlmix



„Die meisten Bilder, die in unseren Geist vordringen, werden eine starke oder schwache emotive Reaktion auslösen. Woher das Bild kommt, spielt dabei keine Rolle“

Antonio Damasio, 2017

# **Autoritarismus:** Die Welt ist ein gefährlicher Ort

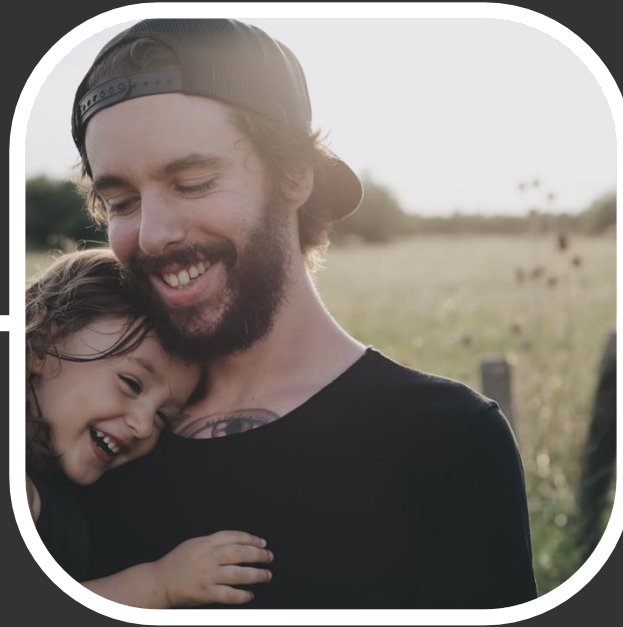


# Frühe Einflüsse prägen Person und Affinität zu radikalen Theorien



## Herkunft

Der Geburtsort ist einflussreich. Stadt oder Land, Ausland oder Inland, Ost oder West.



## Frühe Bindungen

Erziehungsstil, Nähe und Bindung, Art der Kommunikation.



## Bildung

Bildungshintergrund der Familie „Das Kind soll es einmal besser haben“ vs. „bodenständig bleiben“.

**EbV**



Empathiebasierte  
Verständigung

1

# Reflexion (10min.)

Was macht die **Welt** zu einem **gefährlichen Ort**?

Welche Erkenntnisse haben Sie gewonnen? Weshalb empfinden Menschen so?

2

Wie lassen sich **Gefühle** beeinflussen?

Was können wir alle und Sie selbst tun, damit sich Ängste oder Fremdheit überwinden lassen?

3

Was macht die **Welt** zu einem **lebenswerten Ort**?

Wann haben sie die Welt lebenswert empfunden haben und empfinden?

# 4 EBENEN DER EMPATHIE

## KOGNITIV



**Verstehen** was  
andere denken

## EMOTIV



**Gefühle** des  
anderen  
erforschen

## VOLITIV



**Wünsche** und  
(Nicht-) Wollen

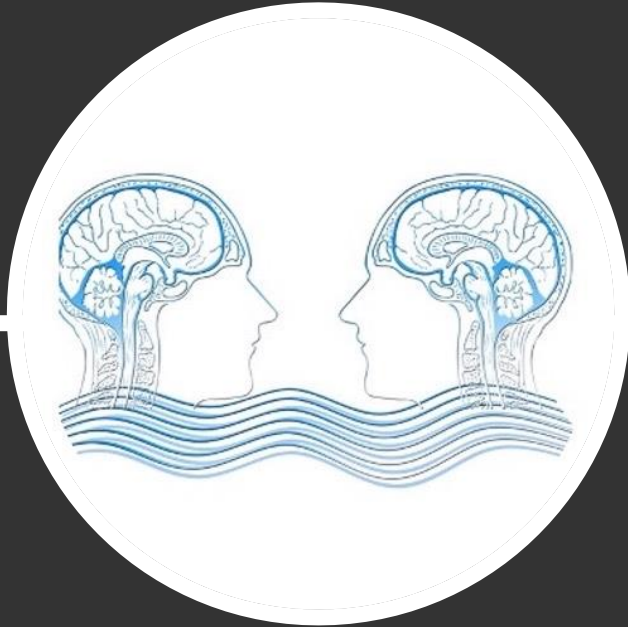
## KONATIV



Über Empathie  
Kontakt  
aufnehmen und  
**Bindungen**  
entwickeln

Empathie kann auf verschiedene Weisen „angewendet“  
werden.

# Der Unterschied zwischen Empathie und Mitgefühl



## EMPATHIE

„Empathie ist eine emotionale **Resonanz**. Wenn ich sehe, wie ein anderer Mensch leidet, dann fühle ich dieses Leiden in mir auch.“

(Singer 2021)



## MITGEFÜHL

„Mitgefühl ist mehr ein Gefühl der **Fürsorge**. Mitgefühl hingegen ist mit einer tiefen inneren Motivation verbunden, anderen helfen zu wollen.“

# Wenn es gelingt, sich in andere hinein zu versetzen



und sich die Wahrnehmung des Anderen von fremd und feindlich hin zu Akzeptanz und dem Empfinden von Ähnlichkeit verändert - dann ist die Grundlage für **empathische Einfühlung** geschaffen.



# Das Außer-gewöhnliche des Festes

*Der Festtag stellt eine Unterbrechung der täglichen Arbeit dar.*

*Zum Fest sammeln und versammeln sich die Menschen, ohne dass ein festes Ziel der Versammlung angegeben werden könnte.*

*Eine Sammlung ohne konkreten Zweck bietet Parallelen zum Betrachten eines Kunstwerks*



*„Das Fest ist Gemeinsamkeit und ist die Darstellung der Gemeinsamkeit selbst in ihrer vollendeten Form. Fest ist immer für alle“*

Hans-Georg Gadamer,  
1900-2002

# Reflexion (10min.)

*1. Gibt es persönliche Erfahrungen für gelungene Gemeinschaftsaktionen: Was hat sich bewährt?*

*2. Wie gelingt es, dass sich alle Menschen angesprochen, integriert, berührt fühlen?*

*3. Welche Möglichkeiten sehe ich etwas dieser Art in meinem Umfeld zu gestalten oder in Kooperation mit anderen zu entwickeln?*

*„Gefühle können uns lästig sein oder erfreuen, aber dafür sind sie nicht da“*

Antonio Damasio, 2017

# Übung: „**Du verstehst mich ja eh nicht**“

1. Was wäre deine / ihre **spontane Antwort** auf die Aussage:  
„Du verstehst mich ja eh nicht!“

2. Was lässt sich **aus der Aussage** heraushören?

Gibt es eine Botschaft zwischen den Zeilen?

Gibt es eine Botschaft zwischen den Zeilen deiner / ihrer spontanen Antwort?

3. Was könnten wir auch antworten....

Allgemeine Beispiele aus den bisherigen Seminaren.



Es kommt darauf an.	Jetzt vielleicht nicht	Willst du verstanden werden?
Gib mir die Chance dazu.	Was meinst du damit?	Würde ich aber gerne.
Wie stellst du es fest, woran merkst du das?	Ich weiß, nur dur hast Ahnung und ich bin blöd	Bitte erkläre es mir konkret

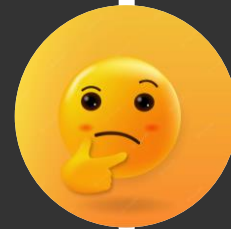


# Rechthaberei



Besserwissen

Ich habe den Überblick. Ich bin klüger als du. Komm mir nicht so. Ich bin nicht bereit mir von dir etwas sagen zu lassen.



Schonwissen

Ich habe es kommen sehen. Das war doch klar. Es ist nicht verwunderlich. Das konnte ja nicht gut gehen. Es hört niemand auf mich.



Nichtwissen

Ich kann nichts dafür. Wie konnte das nur geschehen. Das ist so unfair. Was nun? Ist mir doch egal. Sollen sich die anderen kümmern.

**EbV**



Empathiebasierte  
Verständigung

1

# Metakommunikation

## Generalisierungen

Wörter wie Immer, nie, alles, dauernd oder alle, jeder, die Männer oder die Frauen – dies impliziert Einfachheit und kann ausgrenzen (aber auch einbeziehen)

2

## Tilgungen

Auslassungen und Wegfall von Konkreten Angaben oder Details – dies führt zu Interpretationen

3

## Verzerrungen

Durch Wandlung von Sprache verändert sich die Aussage, sie wird unklar, allgemein, bedeutungsvoll. Aus Verhalten werden Ereignisse.



*Du verstehst mich*  
**JA EH NICHT!**



# Reagieren mit Empathie

**Einladung** für ... nicht gegen

Keine Kampfsituation

Nicht persönlich nehmen

Offen bleiben – Souverän agieren

Unrat vorbeiziehen **lassen**

Keinen Angriff hineininterpretieren

Verwundert statt verärgert reagieren

Interesse zeigen – den Anderen sehen

**Aktiv** kommunizieren

Gefühle ansprechen

Ziel im Visier (Zukunft)

Lösungsorientiert, Positiv

Ich-Botschaft als Menschenfreund

*»Zugleich ist uns bewusst, dass wir uns auf einem schmalen Grat zwischen empathischer Anteilnahme und dem Versuch der Beeinflussung ... bewegen«*

*Julian Nida-Rümelin*



# Die **dunkle Seite** der Empathie

Polarisieren

Die eigene Gruppe stärken und andere abwerten oder schwächen.

Manipulieren

Für die eigenen Zwecke instrumentalisieren

Kontrollieren

Macht etablieren. Freiheiten einschränken.

# EbV



Empathiebasierte  
Verständigung

1

## Verständnis aufbringen

Den Menschen sehen. Seine Gefühle respektieren. Seine Not akzeptieren. Den Verlust erkennen und betrauern. Oder den Wunsch nach Sicherheit, Kontrolle und Macht durchschauen.

2

## Fakten und Gefühle trennen

Hinterfragen von Aussagen. Überwinden von Starre. Ruhe bewahren. Keine Rechthaberei zulassen. Aufzeigen von verschiedenen Denkwegen. Ja, und... Interpretationen vermeiden.

3

## Vorausschauend agieren

Einen gemeinsamen Blick in die Zukunft wagen. Etwas Übereinstimmendes suchen. Eine Idee für ein WIR beschreiben. Ein Ziel ableiten. Das Bild einer Vision entfalten.

*„Zukunft und der Blick in die Zukunft  
ist für Freiheit der Menschen von  
essentieller Bedeutung“*

*Florence Gaub, 2023*

## Es gibt unterschiedliche Nuancen von **Verstehen** oder **Verständnis**



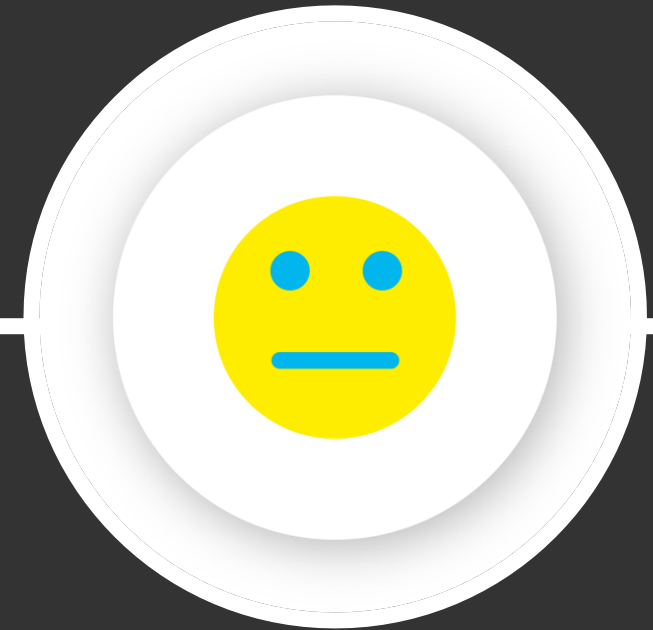
### **Verstehen**

Hier geht es um Zuhören, nachfragen und aufnehmen, was die andere Person sagt.



### **Verständnis**

Hier geht es darum, nachzuvollziehen, was die andere Person sagt, erlebt und empfunden hat.



### **Einverständnis**

Hier geht es darum, mit dem was die andere Person denkt, sagt oder tut einverstanden oder nicht einverstanden zu sein.

# Wie denken 15-25-Jährige? So verteilen sie sich auf die **Populismuskategorien:**



## Kosmopoliten und Weltoffene

12 % Kosmopoliten  
27 % Weltoffene



## Nicht Positionierte

28 % nicht eindeutig  
Positionierte



## Zu Populismus und Nationalpopulisten Neigende

24 % zu Populismus  
Neigende  
9 % Nationalpopulisten

**EbV**



Empathiebasierte  
Verständigung

1

Beispiel A:

Ehrliche Deutsche finden keine bezahlbare Wohnung, weil diese für Flüchtlinge bereitgehalten werden

2

Beispiel B:

Unser Steuergeld fließt in den Bau von Radwegen in Peru

3

Beispiel C:

Clans kriminalisieren unsere Städte. Unsere Frauen und Kinder sind nicht mehr sicher.



# Empathiebasierte Verständigung ist unser Versuch, zur Lösung beizutragen



## Gelingende Kommunikation

Empathisches Verhalten und der Versuch, miteinander statt gegeneinander zu reden, ist in allen Lebenslagen hilfreich



## Prävention

Der empathische Ansatz kann helfen, Situationen gar nicht erst eskalieren zu lassen und auf der Ebene der Verständigung zu bleiben



## Radikalisierung vermeiden

Radikalisierte Menschen bei einer Abkehr von Gewalt und Ideologie zu unterstützen ist schwierig. Radikalismus zu verstehen ist der erste Schritt.

# Was ermöglicht uns die Kultur?



## Ähnlichkeit

Ich kann es nachvollziehen

Erstaunen durch meine  
Wahrnehmungen und  
Vorstellungen von der Welt



## Identifikation

Ich lasse mich ein

Reaktion auf  
Erregungszustände und  
gleichzeitige Distanz



## Erkenntnisgewinn

Ich erfahre Zweifel

Vorbilder mit starken  
Emotionen und  
Persönlichkeit auf der  
Bühne

# Neue Perspektiven ermöglichen

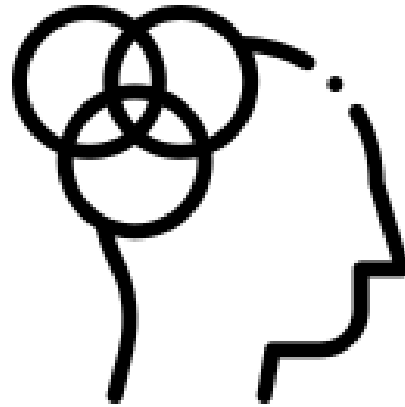


## Sinnlichkeit

Körperwahrnehmung

Gedanken folgen Gefühlen  
und werden auch  
körperlich ausgedrückt.

Was fühle ich?



## Persönlichkeit

Selbst- und  
Fremdbetrachtung

In mir stecken viele Anteile  
und wollen sich vielleicht  
noch entfalten.

Wer bin ich wirklich?



## Wissen

Erkenntnisse und  
Erfahrungen

Ich weiß viel und doch nicht  
alles und es gibt vieles was  
meine Neugierde weckt.

Was lerne ich heute?

# Imaginären Gruppenkontakt über kulturelle Angebote herstellen



## Musik Gefühle

People Are Strange (Doors)  
I am an Alien in New York (Sting)  
We are the Champions (Queen)



## Literatur Geschichten

Jim Knopf und Lukas der Lokomotivführer  
Nathan der Weise  
Über Menschen



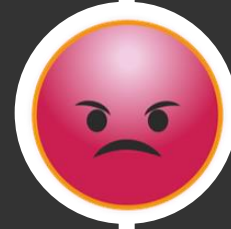
## Filme Großes Kino

Star Wars  
James Bond  
Almanya

*»Alles, was an Großem in der Welt  
geschah, vollzog sich zuerst in der  
Fantasie eines Menschen.«*

Astrid Lindgren

# Die Magie von Märchen



Zulassen von Ängsten

Reale Gefühle werden zum Thema

Dualität von Gut und Böse oder zwei Seelen in einer Brust



Verarbeiten von Ängsten

Gespräch über Gefühle und Mitfühlen

Anerkennen von Schrecken, Trauer, Verlust und dem Leben ohne „Happy End“



Patina altertümlicher Sprache

Verzaubert und fasziniert

Schafft Distanz zwischen den Zeiten

Überwindet kulturelle Barrieren

*»Möglicherweise hält narrative  
Literatur einen Schlüssel zu dem  
erstaunlichen menschlichen  
Vermögen der Empathie bereit«*

Fritz Breithaupt, 2009



# Arbeitsauftrag: **Reflexion 4 (5min.)** Persönliche Literaturerfahrung

*Welches Buch war inspirierend oder ein Lieblingsbuch? In welchem Alter?*

*Was hat es dazu gemacht?*

*Wie hat sich das ausgewirkt?*



# EbV



## Empathiebasierte Verständigung



**ISSO** | Institute for  
Social & Sustainable  
Oikonomics

**martin ■ goerlitz ■ stiftung**

Gefördert von:



**Rheinland-Pfalz**  
MINISTERIUM FÜR  
FAMILIE, FRAUEN, KULTUR  
UND INTEGRATION

Bildquellen in der Präsentation: ISSO oder Pixabay