

Innehalten:

kontere nicht gleich mit Gegenargumenten

- **Atme** einmal **durch** und beachte Deine eigenen Gefühle und Gedanken.
- **Recherchiere Hintergründe**, um Deinen Standpunkt fundiert darlegen zu können!
- **Überschütte Dein Gegenüber nicht mit Fakten!** Da (seriöse) Medien häufig als Mitverschwörer wahrgenommen werden, kann das im Extremfall sogar als Bestätigung der Verschwörungsideologie interpretiert werden.

Reaktion abwägen:

behalte die Gruppe als Ganzes im Blick

- Dein Ziel als Moderator*in ist es, die Chatgruppe als **sicheren Gesprächsraum** zu schützen. Überlege, bei **welchen Mitgliedern Du wie reagieren** möchtest.
- Behalte das **Thema** der Gruppe im Blick.
- Behalte **alle Mitglieder** der Gruppe im Blick, nicht nur jene, die sich aktiv beteiligen.

Verständnis zeigen:

gehe auf konkrete Anliegen ein

- In persönlichen und gesellschaftlichen Krisen greifen **Angst und Unsicherheit** stark um sich. Gehe deshalb auf die konkreten **Sorgen und Anliegen** der Person ein, die Verschwörungserzählungen teilt!
- Indem du auf **konkrete Anliegen** eingehst, zeigst du Verständnis für diese. Verallgemeinernde Äußerungen fördern die Empörung.
- Mit Verschwörungserzählungen wird das Bedürfnis befriedigt, einfache Antworten auf komplexe Fragen zu finden. **Reflektiert gemeinsam** die konkrete Situation.

Fokussiert bleiben:

lasse dich nicht ablenken

- **Konzentriere** Dich auf das Thema und die Interessen eurer Gruppe.
- **Begrenze** die Diskussion auf wesentliche Themen und Fragen.
- Formuliere Deinen Standpunkt **präzise und leicht verständlich**.
- **Verliere Dich nicht** in Details.

Wertschätzend kommunizieren:

unterscheide zwischen Person und Meinung

- **Werte die andere Person nicht ab**, nur weil Du mit einer Meinung nicht übereinstimmst. Wirst Du beleidigend oder spottest, verhärten sich die Fronten.
- Es geht nicht nur um Fakten, sondern auch um **Gefühle, Bedürfnisse und die Beziehungen** zwischen den Gruppenmitgliedern. Reine Sachlichkeit verhärtet, Empathie führt zusammen.
- „Die Quelle irrt.“ – Schiebe die Schuld der Fehlinformation weg von der Person und mach es somit möglich, das **Gesicht zu wahren!**

Selbstfürsorge:

kenne Deine Grenzen & hole Dir Unterstützung

- **Kenne Deine Grenzen** und hole Dir **frühzeitig Hilfe** bei Freund*innen, Kolleg*innen und Beratungsstellen!
- Hole Dir Unterstützung, falls Dich die Moderation zu diesem Thema überfordert.

Empathisch sein:

verstehe die Bedürfnisse der anderen

- Jeder Mensch handelt entsprechend der eigenen **Bedürfnisse**. Diese anzuerkennen mindert Empörung, die aufgrund von eigenen Verletzungen entstanden ist.
- **Empathie** verringert Empörung und Widerstand. Finde einen Aspekt, dem Du zustimmen kannst, und argumentiere von dort aus weiter.

Gemeinsamkeiten betonen:

erfrage den Bezug zum Thema der Gruppe

- Hebe hervor, was ihr als **Gruppenmitglieder gemeinsam habt!**
- **Überlegt zusammen**, welche Themen ihr im Chat besprechen möchtet, welche unerwünscht und welche tabu sind!

Verbindung schaffen:

erfrage die Meinung anderer zu den Fakten

- Formuliere Deine **eigene Meinung**, um eine persönliche Verbindung zu schaffen.
- **Interessiere Dich** für die Haltung der anderen (mehr als für Quellen).

Diskussion verlangsamen:

gehe in die Tiefe statt in die Breite

- **Vermeide** es, Dich in **Nebendebatten** verstricken zu lassen.
- **Bleibe beim Thema** und bitte auch Dein Gegenüber, beim Thema zu bleiben.
- Nimm eine **demokratische und menschenfreundliche Position** ein.

Grenzen setzen:

begrenze Inhalt & verletzende Äußerungen

- Handelt es sich um eine **Person, die Dir am Herzen liegt**, dann versuche mit ihr ein Privatgespräch zu führen.
- Setze **deutliche Zeichen gegen jede Art von Diskriminierung!** Diese Themen sind nicht diskutabel.
- **Gefährdende Botschaften** sollten zum Schutz aller Teilnehmenden korrigiert, kommentiert und ggf. auch **gemeldet** werden.
- Teilnehmende dürfen **gesperrt** oder bei gravierenden Verstößen auch gemeldet werden.