

# VORURTEILE ERKENNEN

## 1. Wahrnehmung eines Vorurteils:

- So muss das gemacht werden (z.B: "das ist so und so...")
- Jemand anderes verhält sich falsch (z.B. "Ich kann doch wohl davon ausgehen, dass..."; "Die ist immer...")

## 2. Bewusstmachen der Annahmen dahinter: Auf welchen Annahmen oder Erfahrungen beruht mein Vorurteil eigentlich?

## 3. Hinterfragen: Kann es sein, dass mein Gegenüber eine oder mehrere meiner Annahmen anders sehen als ich/sie nicht teilen?

- Zwischenschritt (falls für die eigene Sicherheit benötigt)  
**Alternativen:** Wenn er/sie das anders sieht, wie könnte er es denn sehen? Was könnte seine Meinung dazu sein?

## 4. Offene Klärung: Mit dem Gegenüber in einer offenen und positiven Grundhaltung über die eigene Meinung/Vorurteil und die ihr zu Grunde liegenden Annahmen reden und nach der Meinung des Gegenüber und seinen Annahmen/Erfahrungen dahinter fragen

## 5. Reflexion: Im Nachgang überlegen: Wie finde ich die Meinung/Annahmen meines Gegenüber? Kann ich sie teilen? Falls ich sie nicht mag oder teile, kann ich sie dann trotzdem als für den Gegenüber richtig akzeptieren? (wenn nicht: vermutlich schwingen da wohl noch andere Vorurteile mit...?)

