

### Das leere Boot...

Eine Geschichte aus dem Zen-Buddhismus:

Ein Schüler fragte einst seinen Meister, wie er mit dem Zorn umgehen solle.

Der Meister erzählte ihm eine Geschichte:

Stell dir vor, du bist an einem nebeligen Tag auf dem See mit deinem Boot.

Du liegst ganz entspannt dort.

Plötzlich schaukelt das Boot heftig und Holz splittert. Ein anderes Boot muss dich gerammt haben. „Wie kann man denn so unvorsichtig sein bei diesem Nebel und nicht aufpassen“, denkst du, als du hochfährst. Erst gestern hast du dein Boot frisch gestrichen, und die Zornesröte steigt dir ins Gesicht. So ein unverschämter Kerl, noch nicht mal eine Entschuldigung hörst du. „Na warte“, denkst du und krepelst schon die Arme hoch. Doch als du genauer hinsiehst, entdeckst du ein leeres Boot....

Deine Wut hat nun plötzlich kein Gegenüber mehr... sie beginnt zu verfliegen.

So ist es mit allen Situationen, in denen Wut in dir aufkommt.

Das Boot ist immer leer.



## Paroli den Parolen

Verbale  
Angriffe und Anfeindungen  
verstehen & parieren...

Ein Workshop zur  
Stärkung der eigenen  
Schlagfertigkeit.  
Rechtspopulismus  
erfolgreich begegnen.

## Situation

In Ihrer Arbeit, egal ob persönlich oder am Telefon, sind Sie in zunehmendem Maße mit verbalen Angriffen, populistischen Parolen und der ganzen Unzufriedenheit Außenstehender konfrontiert.

Manchmal drängt sich der Eindruck auf, dass Sie der Blitzableiter für alles sind, was in Gesellschaft und Politik schief läuft. Parolen sind schnell im Raum, und lässt man sich auf ein Gespräch ein, wird jede Argumentation durch Parolenhopping und andere Techniken ad absurdum geführt. . Aber auch im privaten Bereich merkt man zunehmend die spalterische Kraft des neu aufkeimenden Rechtspopulismus. Eventuell wird sogar Ihre Arbeit in Frage gestellt.

Das frustriert, nervt und demotiviert vielleicht auch etwas. Sie wünschen sich ein Mittel, in diesen Situation souveräner umzugehen und dem Gegenüber aber auch den Wert der Arbeit zu verdeutlichen. Als Leitungsverantwortliche\*r wollen Sie Ihren Mitarbeitenden eine Möglichkeit an die Hand geben, souverän mit solchen Situationen umzugehen.

## Inhalte

Sie erfahren in diesem Workshop...

- wie das **HAIVA-Verfahren** es Ihnen ermöglicht, sich professionell in einem solchen Angriffsfall zu schützen.
- wie Sie die verbale Oberhand behalten und statt in die Reaktion in die Aktion kommen.
- wie Sie emotionalen Abstand erzeugen können und dem Gegenüber die Möglichkeit bieten, im Gespräch zu bleiben.
- wie Ihre Kolleg\*innen mit solchen Situationen umgehen

## Ziele

- Sie haben ein einfaches und im Ernstfall schnell anzuwendendes Verfahren für verbale Übergriffe.
- Sie wissen, wie Sie sich durch *verbalisieren, nachfragen und zusammenfassen* schützen können.
- Sie haben Anregungen von Ihren Kollegen erhalten.
- Sie haben eine solche Situation aus drei verschiedenen Perspektiven erlebt.
- Sie haben ein Gefühl dafür, wann und wie ein Gesprächsabbruch als Selbstschutz richtig ist.

## Format

Das Thema wird in einem **teilnehmendenorientierten Trainingssetting mit inhaltlichen Impulsen bearbeitet**.

Dabei stehen die konkreten Arbeitssituationen und Erfahrungen im Mittelpunkt: Das fünfschrittige **HAIVA-Verfahren** sowie die Grundtechniken verbalisieren, offene Fragen und zusammenfassen werden eingeübt.

Anhand konkreter Alltagssituationen wird das **HAIVA-Verfahren** aktiv von den Teilnehmern angewandt. Dabei durchläuft jede\*r Teilnehmer\*in alle drei Varianten: Angriff, Verteidigung und Beobachtung. Die daraus gemachten Erfahrungen werden ausgetauscht und mit inhaltlichen Inputs untermauert.

Durch die vielen aktiven Trainingsphasen erhält jede\*r Teilnehmer\*in die Sicherheit zur Anwendung des Gelernten in der Praxis. Kurze Hintergründe zum Verständnis des Rechtspopulismus helfen dabei, die Wut und die Verärgerung des Gegenübers zu verstehen und besser damit umzugehen.

## Zeit, Ort, Kosten

Sie können diesen Workshop als Inhouse-Veranstaltung in Ihrer Einrichtung buchen.

Es empfiehlt sich, diese Veranstaltung als Tagesveranstaltung anzulegen, damit genügend Zeit ist, die Verfahren gründlich einzuüben.  
Kosten: 800 € zzgl. 7% MWSt plus Reisekosten

Sollte aber keine andere Möglichkeit bestehen, kann „Paroli den Parolen“ auch als **High Intense Training** gebucht werden. Dann werden minimal 3 Zeitstunden benötigt, bei max. 15 Teilnehmenden.  
Kosten: 400 € zzgl. 7 % MWSt plus Reisekosten.

**Sprechen Sie uns gerne unverbindlich an:**

## Referent / Kontakt



Dr. Jürgen Pelzer ist  
Diplomtheologe,  
Coach und Trainer.

Im Diakonie.Kolleg. des Diakonischen Werkes Bayern ist er für den Bereich Rechtspopulismus und Digitalisierung zuständig. Er war 12 Jahre lang freier Kommunikationstrainer mit Schwerpunkt Konflikt und Moderation sowie 10 Jahre Mitarbeiter der Goethe Universität im Bereich Mediendidaktik und Religionspädagogik tätig.

Dr. Jürgen Pelzer, [pelzer@diakonie-bayern.de](mailto:pelzer@diakonie-bayern.de),  
0911 9354 417