

## Guidelines: Wie spreche ich mit Teilnehmenden über das Klima?

Worauf ist beim Sprechen über dieses Thema generell zu achten?

- Leichte **Verständlichkeit** und **Nachvollziehbarkeit**, kein Wissenschaftsjargon
- Vermeidung reißerischer Formulierungen und Katastrophismus
- „**Wir**“ statt „**Ihr**“ oder „**Sie**“, wo immer möglich im Plural sprechen
- **Aufrichtig** und ehrlich sein (Vertrauen)
- **Interesse an der Perspektive der Teilnehmenden** zeigen
- Darauf achten, dass **Menschen mit verschiedenen Hintergründen** zu Wort kommen

Wie formuliere ich Handlungsoptionen?

- **Machbarkeit** und deren positive Wirkung betonen
- Keine direkten Aufforderungen, stattdessen **Freiwilligkeit** betonen, da dies dem menschlichen Bedürfnis nach Selbstbestimmung entgegenkommt
- Nicht nur die Rolle des Individuums betonen, sondern auch die **Rolle der Gemeinschaft**

Wie gehe ich mit spontan auftretenden Emotionen der Teilnehmenden um?

Emotionale Reaktionen nicht verhindern, vermeiden oder ignorieren – sie sind notwendig für die Sensibilisierung und Bewältigung. Unangenehme Emotionen (z.B. Sorge, Angst) können ebenso wie angenehme (z.B. Hoffnung, Zuversicht) zu konstruktivem Bewältigungsverhalten und Akzeptanz von Maßnahmen führen - vorausgesetzt die auslösenden Inhalte sind mit Wissen darüber, was getan werden kann, kombiniert.

Wie unterstütze ich eine günstige psychische Verarbeitung der Emotionen?

- Hinweise geben, dass die **Gefühle angemessen** sind und **von anderen Menschen geteilt** werden. Dies führt u.a. zu mehr Akzeptanz der eigenen Gefühle, ermöglicht eine bessere Einordnung und führt damit zu mehr Kontrollerleben sowie geringerer Ängstlichkeit / Depressivität / Schuldgefühl
- Das **Gespräch mit anderen fördern** – dadurch wird die Verarbeitung von Emotionen vertieft und Lösungsideen werden angestoßen

Wie beuge ich einer ungünstigen psychischen Verarbeitung der Emotionen vor?  
(Wörtliche oder interpretative Leugnung des Klimawandels und seiner Implikationen)

- Angstauslösende Botschaften stets **mit anwendbaren Lösungsideen** kombinieren, um Reaktionen wie Vermeidung, Passivität und Reaktanz vorzubeugen. Die Auslösung von Angst oder Schuld in Kombination mit Hilflosigkeitsgefühlen führt zu Resignation
- Hilflosigkeit muss möglichst abgebaut werden, indem **Handlungsfähigkeit (wieder-)hergestellt wird**

Wie gehe ich damit um, wenn Teilnehmende das Thema Hitze zum Anlass nehmen, um sich über andere Themen auszulassen?

- Signalisieren, dass die Sorge/der Vorschlag/die Kritik gehört wurden, aber eine Diskussion über das abweichende Thema den Workshoprahmen sprengen würde
- Darauf hinweisen, dass **im Anschluss an den Workshop ausreichend Zeit eingeplant** wurde, um in den Austausch mit anderen zu kommen

Wie widerlege ich Falschaussagen?

Hier hilft das „Fakten-Sandwich“ (Beispiel: [rki.de](#)):

1. **Fakten:** Auf die korrekten Fakten konzentrieren, nicht auf die Falschmeldung
2. **Warnung vor Falschinformation:** Eindeutige Warnung vor dem Manipulationsversuch
3. **Widerlegung/Erklärung:** Inhalt der Falschmeldung durch eine zutreffende Erklärung ersetzen
4. **Fakten:** Mit einem Fakt schließen

#### Quellen und weiterführende Informationen

- Handbuch Klimakommunikation (als einzelne Kapitel, Buch, Podcast, Videoclips): [klimakommunikation.klimafakten.de](#)
- Aus psychologischer Perspektive: [medienleitfaden-klima.de](#)