

10 Regeln für eine gute Debatte

Romy Jaster und David Lanius, beide aus dem Freundeskreis der Offenen Gesellschaft, haben die folgenden „Zehn Regeln für eine gute Debatte“ aufgestellt. Wir finden sie so hilfreich, dass wir sie gerne mit euch teilen wollen. Ausführlichere Informationen zu den Regeln findet ihr [hier](#).

1. Höre aktiv zu

Höre deinem Gegenüber genau zu und versuche zu verstehen, um was es ihr/ihm genau geht. Außerdem hilft es, einzelne Argumente noch einmal zusammenzufassen um Missverständnisse zu vermeiden.

2. Bleibe beim Thema

Schweif nicht ab, sondern behalte immer den Schwerpunkt der Diskussion im Auge. Kein Themenwechsel, kein Parolenspringen. Falls dein Gegenüber sich vom eigentlichen Thema entfernt, kannst du ruhig nachhaken und zurückführen.

3. Stelle offene Fragen

Damit zeigst du, dass du die Position deines Gegenübers verstehen möchtest. Und vielleicht ergeben sich daraus sogar noch weitere Punkte für eure Diskussion.

4. Finde Gemeinsamkeiten

Klar, manchmal fällt es leichter, manchmal etwas schwerer – aber es lassen sich mit jedem Gegenüber Gemeinsamkeiten finden! Und sobald ihr eure Übereinstimmungen gefunden habt, wird es auch einfacher herauszufinden, an welchem Punkt eure Auffassungen auseinandergehen. Vielleicht liegen eure Positionen gar nicht so weit voneinander entfernt wie ursprünglich gedacht...

5. Belehre dein Gegenüber nicht

Wer belehrt, kann schnell so wirken, als ob er/sie von oben herab redet. Darauf reagiert dein Gegenüber dann mit Abwehr. Also: keine Moralpredigten, sondern lieber Nachfragen und persönliche Bezüge aufbauen.

6. Begründe deinen Standpunkt

Deine Meinung ist wichtig. Aber durch das bloße Aufeinanderprallen von Meinungen ist noch nichts gewonnen. Begründe deinen Standpunkt und lade dein Gegenüber ein, das Gleiche zu tun. So kommt ihr ins Gespräch miteinander.

7. Interpretiere wohlwollend

Falls du Schwächen in der Argumentation deines Gegenübers bemerkst, stürze dich nicht auf sie. Versuche stattdessen, jedes Argument in seinem bestmöglichen Sinn zu interpretieren und auf die stärkste Version des Punktes einzugehen.

8. Übe sachliche Kritik

Falsche Informationen solltest du korrigieren und voreilige Schlüsse, Pauschalisierungen und Widersprüche aufdecken. Gehe mit deiner Kritik jedoch sparsam um und vermeide, wenn möglich, offene Konfrontation.

9. Wirke deeskalierend

Achte darauf, dass dein Gegenüber sein/ihr Gesicht nicht verliert, wenn du Kritik übst. Bringe gelegentlich Witz oder Ironie ein und spreche deine Gefühle und die des Gegenübers an.

10. Wechsle die Perspektive

Versuche immer wieder die Perspektive deines Gegenübers einzunehmen. Gerade hitzige Diskussionen mit sehr unterschiedlichen Positionen drohen sonst zu scheitern. Es hilft zu überlegen, wie du argumentieren könntest, wenn du die Wertvorstellung deines Gegenübers zugrunde legst. Wichtig ist dabei, dass du authentisch bleibst und deine eigenen Grenzen nicht überschreitest.

