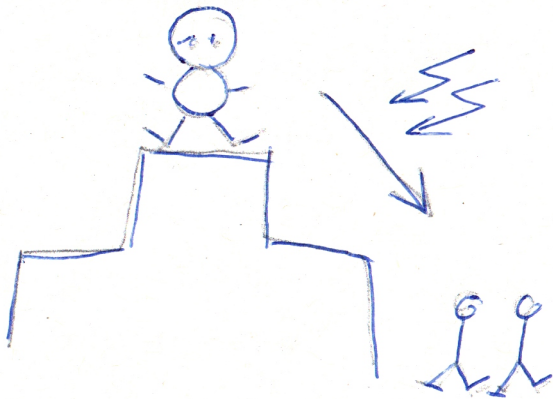


Prinzip Unterdrückung

von oben nach unten

"Ich bestimme"

"Ich bin wichtiger"

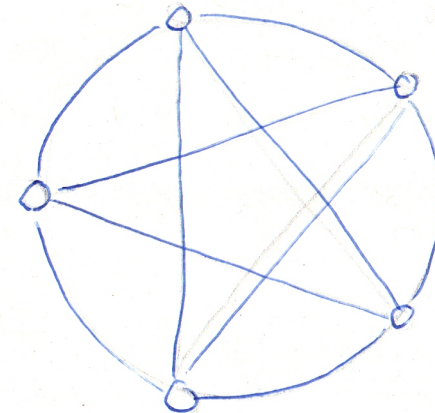


Prinzip Leben

ungehinderter Austausch

gleichwürdig

die Bedürfnisse aller werden geachtet



Sprache der Unterdrückung:

Diagnosen: "Du bist... dumm"

Einteilen in Klassen:

"Ausländer" "Hartz4"

Unterschiede machen:

"Wir" und "die Anderen"

Verbieten (+ Erlauben)

Bestrafen (+ Belohnen)

Beurteilen (richtig/falsch, gut/böse, schön/häßlich, wertvoll/wertlos, stark/schwach...)

Abwerten, Kritisieren

Fordern, Erwarten

Drohen und Gewalt anwenden



www.patpaufler.org

Sprache des Lebens:

Wir übernehmen die Verantwortung für unsere Bedürfnisse, für unsere Gefühle und Gedanken, zum Beispiel:

"Wenn du schreist, denke ich, du bist bereit Gewalt aus zu üben. Und dann krieg ich Schiß, weil ich brauche, daß wir alle unversehrt bleiben."

(wenn ... geschieht, denke ich... und dann fühle ich ..., weil ich ... brauche)

Wir bitten: "Wärst du bereit uns zu sagen, was dich stört?" (Wir akzeptieren ein Nein)
Und hören das Bedürfnis heraus: "Bist du wütend, weil du auch dazugehören willst?"