



*Familien*  
BRANDMAUER

START:  
31. JANUAR 2025

# Das Gespräch

mit den Großeltern, Verwandten oder Bekannten

Herzlich  
Willkommen!

## Wie wir mit unseren Eltern und anderen FamilienmitgliedernT Bekannten über die Wahl ins Gespräch kommen können.

Herzlich Willkommen bei der Familienbrandmauer. Wir freuen uns, dass du dabei bist! Wenn du dieses Support-Dokument geöffnet hast, fragst du dich sicher, wie du mit deinen Eltern (den Großeltern deiner Kinder) oder anderen Familienmitgliedern, vielleicht auch Freund\*innen oder Bekannten über die anstehende Wahl sprechen kannst. Und wie du dieses Gespräch so führen kannst, dass es verbindend wirkt und zu einem gemeinsamen Ziel führt: einer demokratischen Zukunft.

Schön, dass du  
da bist

Hier sind einige Ansätze und Impulse, die uns helfen können, dieses Gespräch gut vorbereitet zu führen und dabei unsere eigenen Grenzen im Blick zu behalten.

## Warum es wichtig ist, dieses Gespräch zu führen.

Wenn wir mit Familienmitgliedern einer anderen Generation ins Gespräch gehen, ist es wahrscheinlich, dass diese eine ganz andere (politische) Sozialisierung erlebt haben, als wir. Das kann, wie wir es vielleicht auch schon kennengelernt haben, zu Differenzen in der Wahrnehmung aktueller politischer Themen führen. Dennoch teilen wir vermutlich viele Grundwerte. Vielleicht den Wunsch nach Sicherheit, Frieden, Gerechtigkeit und einer lebenswerten Zukunft, z.B. für die Enkel. Ein Gespräch darüber, wie diese Werte bei der Wahlentscheidung berücksichtigt werden können, ist eine Möglichkeit, für unsere Demokratie und die nächste Generation einzustehen. Bereits aus der Extremismusprävention wissen wir, dass Vertrauen, Respekt und Authentizität zentrale Voraussetzungen für eine erfolgreiche Präventions- und Deradikalisierungsarbeit sind. Und so kommt uns Familien eine besondere Verantwortung zu. Wir sind es, die an Familienmitglieder herantreten können und mit ihnen über ihre Wahlentscheidung sprechen können. Wir sind es, die ihnen aufzeigen können, was die Wahl einer rechten Partei für uns alle und ihre Enkelkinder/Neffen/Nichten etc. bedeuten würde. Denn am Ende geht es nicht nur um unsere Zukunft und die der nächsten Generation, sondern dem Fortbestehen von Demokratie und Menschenrechten.

Warum es  
wichtig ist



Familien  
BRANDMAUER

START:  
31. JANUAR 2025

# Das Gespräch

mit den Großeltern/Verwandten oder Bekannten

## Reflexion

### Vie wir unsere Grenzen kennen lernen können

Bevor wir das Gespräch suchen, kann ein wenig Vorbereitung hilfreich sein. Beantworte ein paar Fragen für dich:

- Was möchte ich mit dem Gespräch erreichen?
- Was soll in diesem Gespräch passieren, sodass ich danach zufrieden bin, auch wenn ich mein Ziel vielleicht nicht erreicht habe?
- Was wird für mich in dem Gespräch besonders herausfordernd?
- Wo sind meine roten Linien, die nicht überschritten werden dürfen?
- Was kann mich vorher/währenddessen/nachher stärken?

Vor dem Gespräch sollten wir uns, wenn es dir möglich ist, etwas Zeit nehmen, um zur Ruhe zu kommen. Ob mit einem Spaziergang, Atemübungen oder einer kurzen Meditation. Auf der Homepage [www.familienbrandmauer.de](http://www.familienbrandmauer.de) findest du ein Dokument zum Thema Selbstfürsorge.

### Weitere Überlegungen

- Wenn möglich, sollten wir einen Zeitpunkt auswählen, der uns ermöglicht, **ganz mit unserer Aufmerksamkeit bei unserem Gegenüber** zu sein.
- Wir sollten zudem (im Falle eines persönlichen Gesprächs) einen privaten Ort wählen, an dem sich auch unser Gegenüber wohl fühlt. Wir können uns vorbereitend eine Art „**Exit-Strategie**“ überlegen, wenn in dem Gespräch deine roten Linien überschritten werden und du das Gespräch abbrechen oder auf ein anderes Thema lenken möchtest. (Lege dir ein/zwei Themen bereit, über die du mit der Person leicht reden kannst/für die ihr euch beide interessiert)
- **Bevor das Gespräch startet**, erinnern wir uns am besten noch einmal an unser „Warum“ und führen uns vor Augen, wofür wir mit diesem Gespräch einstehen. Das gibt Kraft und Mut.

## Planung



Familien  
BRANDMAUER

START:  
31. JANUAR 2025

# Das Gespräch

mit den Großeltern/Verwandten oder Bekannten

## Los geht's

### Wie wir das Gespräch beginnen können

- Wenn es uns möglich ist, **starten wir mit Verbindung oder Wertschätzung:** Wir können uns an verbindende Momente oder gemeinsam geteilte Werte erinnern. Z.B.: „Ich habe so viel von dir über Verantwortung und Werte gelernt. Das hat mich geprägt.“
- **Lasst uns nachfragen:** Statt mit Gegenargumenten zu starten, können wir Fragen stellen und neugierig bleiben: „Wie siehst du die politische Entwicklung in Deutschland? Was ist dir für die Zukunft deiner Enkel wichtig? Warum findest du diesen Aspekt dieser einen Partei so wichtig?...“

## Unser Fokus

### Hinter die Aussagen schauen

- Eigene Gefühle reflektieren: Manchmal können Aussagen auftauchen, die uns wütend machen oder uns hilflos fühlen lassen. Hier ist es wichtig, ruhig zu bleiben und tief durchzuatmen. (Achtung: Behalte im Hinterkopf, dass unser Selbstschutz immer Priorität hat und wir auf uns Acht geben dürfen, wenn unsere roten Linien überschritten werden.)
- Interesse zeigen an deinem\*deiner Gesprächspartner\*in: Wenn jemand eine Meinung äußert, die du nicht teilst, können wir auch hier nachfragen: „Warum denkst du so? Was meinst du genau damit?“ Oft kommen dabei Ängste oder Sorgen zum Vorschein, die eine Grundlage für Verständnis schaffen können.
- Die Suche nach gemeinsamen Werten: Wenn z. B. das Thema Sicherheit angesprochen wird, können wir darauf aufbauen: „Ja, Sicherheit ist auch für mich wichtig. Ich glaube, wir können Sicherheit am besten schützen, indem wir unsere demokratischen Strukturen stärken.“



Familien  
BRANDMAUER

START:  
31. JANUAR 2025

# Das Gespräch

mit den Großeltern/Verwandten oder Bekannten

Eine mögliche  
Brücke

## Die Perspektive der Enkelkinder

- Betone die Verantwortung für die Zukunft, z.B.: „Ich wünsche mir, dass unsere Kinder in einer Gesellschaft aufwachsen, die demokratisch, gerecht und offen ist. Deine Stimme kann dazu beitragen.“
- Bitte um Unterstützung, z.B.: „Könntest du dir vorstellen, deine Stimme den Enkeln zu geben? Damit sie eine Zukunft haben, die auf unseren gemeinsamen Werten basiert?“

## Fürsorge danach

Nach solchen Gesprächen ist es wichtig, dass wir gut für uns sorgen. Die aktuelle politische Situation und solche Gespräche können anstrengend und belastend sein, besonders wenn es um Menschen geht, die uns wichtig sind. (Im Hinterkopf dürfen gleichzeitig immer behalten, dass viele Menschen, die (intersektional) von Diskriminierung betroffen sind, nicht die Wahl haben, ob sie sich mit diesen Themen auseinandersetzen möchten oder nicht. Sie müssen es täglich tun, bereits ab dem Kleinkindalter.)

- Gönn dir eine Pause: Plane nach dem Gespräch etwas ein, das dir Freude bereitet oder die Entspannung schenkt.
- Reflektiere mit mildem Herzen: Überlege, was gut lief und wo es schwierig wurde, ohne dich selbst zu verurteilen. Du hast dein Bestes gegeben und darfst, egal wie das Gespräch ausgeht, milde mit dir und deinem\*deiner Gesprächspartner\*in sein
- Hole dir Unterstützung: Wenn das Gespräch schwer war, sprich mit einer vertrauten Person darüber. Es kann helfen, deine Gedanken zu sortieren.

Danach

Fazit

Demokratie braucht Dialog, Empathie und Verantwortungsübernahme. Der Dialog über Demokratie ist nicht immer einfach, aber er ist in diesen Zeiten notwendig. Indem wir mit Verwandten oder Bekannten über eine demokratische Zukunft für unsere Kinder sprechen, können wir Bewusstsein schaffen und zum Nachdenken anregen. Gleichzeitig ist es wichtig, unsere eigenen Grenzen zu kennen und gut für uns selbst zu sorgen. Am Ende geht es nicht nur um Politik, sondern um unser Leben, unsere Werte, Menschenrechte, Zusammenhalt und Verantwortung – für eine gerechte Zukunft.