

Wir hören uns gegenseitig zu

Die Synodale Gesprächsmethode¹

Woher kommt die Methode?

Bei der Welsynode wird Wert auf Beteiligung und Dialog gelegt. Ein wichtiges Ziel ist es, die Meinungen und Erfahrungen der Gläubigen auf der ganzen Welt wahrzunehmen und einzubringen. Eine Methode, die dabei oft verwendet wird, nennt sich **«Spirituelles Gespräch»** oder **«Synodale Gesprächsmethode»**. Sie stammt aus der Spiritualität des Ignatius von Loyola. Es soll ein Raum geschaffen werden, in dem jede und jeder frei und ehrlich sprechen kann. Jede Person in einer Gruppe bekommt die Möglichkeit, für einige Minuten zu sprechen, während die anderen aufmerksam zuhören. Hier sind die Grundzüge dieser Methode:

Runde 1 – Drei Minuten Sprechzeit pro Person und achtsames Zuhören

Jede Person in einer kleinen Gruppe (4–6 Personen) hat die Möglichkeit, für **3 Minuten** ohne Unterbrechung zu sprechen.

In dieser Zeit teilt sie ihre **Gedanken, Anliegen oder Erfahrungen zu einem Thema**.

Die anderen Gruppenmitglieder **hören aufmerksam zu**, ohne die Person zu unterbrechen, zu kommentieren oder ihre Meinung zu sagen.

Nachdem jede Person gesprochen hat, folgt eine **kurze Zeit der Stille**. Diese Stille hilft den Teilnehmenden, das Gehörte zu reflektieren und zu verinnerlichen.

Verständnisfragen sind erlaubt.

Runde 2 – Rückmeldung: «Das spricht mich an»

Die Teilnehmenden geben Rückmeldung, was das Gehörte in ihnen bewegt oder was sie davon anspricht. Hier geht es um die Resonanz, die das Gehörte ausgelöst hat.

Wieder folgt eine Zeit der Stille.

Runde 3 – Gemeinsames Teilen

In dieser letzten großen Runde kommen die Teilnehmenden ins Gespräch miteinander. Sie tauschen sich über das aus, was sie gehört, worüber sie in der Stille nachgedacht und wozu sie ihre Rückmeldungen gegeben haben. Erst an diesem Punkt beginnt auch die Diskussion.

Was sollten wir mehr machen? (grün) Was sollten wir weniger machen? (gelb) Womit sollten wir anfangen? (blau) Womit sollen wir aufhören? (rot) Worüber sollten wir uns noch ausführlicher austauschen/verständigen/beraten ...? (weiß)

Wozu?

*Die Methode sorgt für einen strukturierten, respektvollen Austausch,
der auf gegenseitigem Zuhören basiert.*

Sie wird auch verwendet, um zu verhindern, dass einige Stimmen dominieren und andere untergehen.

*Statt hitziger Debatten wird das langsame, reflektierte Sprechen gefördert,
um zu tieferen bzw. breiteren Einsichten zu gelangen.*

*Im synodalen Austausch soll es darum gehen, den Geist der Gemeinschaft zu fördern
und dem Heiligen Geist Raum zu geben, durch das gesprochene Wort zu wirken.*

¹ **Zusammenstellung: R. Böhm / S. Lobinger nach**

Fachbereich Jugend und Familie römisch-katholische Kirche Baselland <https://www.lichtblick-nw.ch/wir-hoeren-uns-gegenseitig-zu/> Lichtblick ist das röm.-kath. Pfarrblatt der Nordwestschweiz