

VOL.4 2022 | BY CLAUDIA GRIMM ACADEMY

queens

„Vielfalt erfordert Mut“ | 5 Tipps von Anne Kathrin Weber, Mama von 2 Kindern, in der Crew von GemeinsamEinzigartig | p. 2

„Diversität feiern - Der Monat Mai steht ganz im Zeichen der Vielfalt & das sollte gefeiert werden | p. 3

„Einzigartig durch Anders sein“ | Gedanken von Dilara Cagdas, Volunteerin, Marketingexpertin & Kommunikationsbegeisterte | p. 4



table of contents



02 | GIRL EMPOWERMENT

5 Tipps & Anregungen "Vielfalt erfordert Mut" von **Anne Kathrin Weber**, Mama von 2 Kindern, in der Crew von GemeinsamEinzigartig, ist stets optimistisch & unabhängig

03 | DIVERSITÄT FEIERN

Der Monat Mai steht ganz im Zeichen der Vielfalt & das sollen wir feiern, den Anders sein ist ein Segen & kein Fluch

04 | MUT ZUM ANDERS SEIN

"Einzigartig durch Anders sein", ein paar Gedanken von **Dilara Cagdas**, Volunteerin, Marketing Expertin & Kommunikationsbegeisterte



Girl empowerment

5 Tipps & Anregungen von [Anne Kathrin Weber](#), ihre Gedanken zu "Vielfalt erfordert Mut". Sie ist Mama von 2 Kindern, in der Crew von [GemeinsamEinzigartig](#), optimistisch und unabhängig.

01

VIELFALT ERFORDERT MUT

Vielfalt erfordert Mut, denn wir Menschen müssen / sollen / dürfen offen für Neues und etwas Anderes sein, sein. Traut euch zu eurer Einzigartigkeit zu stehen, denn Vielfalt sollte gelebt werden, mit all den Facetten.

02

VIELFALT ERFORDERT TOLERANZ

Warum braucht es den Mut in der Hinsicht auf Toleranz? Bei "Anders sein" bekommen wir immer ein leicht mulmiges Gefühl, denn meistens wissen wir nicht welche Grenzen bei uns selbst dadurch überschritten werden, doch sind wir Tolerant gegenüber das "Anders sein" erleben wir ein buntes Feuerwerk an Miteinander.

03

OFFENHEIT

Um Vielfalt fördern zu können & diese zu leben benötigt man Offenheit. Man braucht die Bereitschaft um über den Tellerrand blicken können, das Ganze als Gesamt ansehen.

04

MEHRWERT DURCH GELEBTE VIELFALT

Ich bin okay- Du bist okay. Was gibt mir der andere Mensch - was bereichert mich, welche Aspekte habe ich noch nicht/ nie berücksichtigt? Wenn man sich vor Augen führt welchen Mehrwert Menschen im Leben haben, alleine durch das "Anders sein" werden wir gar nicht anders können, als diese bunte Vielfalt mitzuerleben.

05

ANREGUNGEN TO GO:

Wie oft werden andere Menschen bewertet? Ist es nicht leichter- nicht zu urteilen & zu werten nach der Optik, nach dem gesprochenem oder nach den Vorlieben.



"VIELFALT ODER DER ZUSTAND DES ANDERSSEINS IST NICHT DASSELBE WIE INKLUSION. DAS EINE IST EINE BESCHREIBUNG DESSEN, WAS IST, WÄHREND DAS ANDERE EINEN STIL DER INTERAKTION BESCHREIBT, DER FÜR EFFEKTIVE TEAMS, ORGANISATIONEN UND SOZIALE KOMPETENZEN UNERLÄSSLICH IST."

— BILL CRAWFORD, PSYCHOLOGE

"Vielfalt oder der Zustand des Andersseins ist nicht dasselbe wie Inklusion. Das eine ist eine Beschreibung dessen, was ist, während das andere einen Stil der Interaktion beschreibt, der für effektive Teams, Organisationen und soziale Kompetenzen unerlässlich ist."

Der Monat steht ganz im Zeichen von Diversität, Anders sein und das sollten wir nicht nur Feiern, sondern auch gezielt lernen es zu Leben.

JA, es mag vielleicht schwer sein und einige sehen den Sinn dahinter nicht, doch ist es nicht so, dass wir alle einzigartig sind, mit all dem was zum Leben dazu gehört!

Diversität ist nicht nur ein Stil der Interaktion, sondern vielmehr auch ein Statement von jeden einzelnen von uns.

Doch was macht es genau so schwierig Vielfalt / Diversität zu leben?

In den meisten Fällen fühlt man sich durch die "Dinge" die nicht dem eigenen Ideal entsprechen, bedroht. Evolutionstechnisch haben wir uns weiterentwickelt, also wäre es doch allerhöchste Eisenbahn auch damit lernen umzugehen, dass bei rund 8 Milliarden Erdbewohner wir nun mal Diversität haben und leben.

Wir sind nicht automatisch schlechter, böser, inkompetenter nur, weil wir mit und durch unseren Augen Vielfältigkeit wahrnehmen, der/die ist Klein, Groß, dick, dünn oder was auch immer.

Deshalb wäre es so toll, wenn wir uns gegenseitig an die Hand nehmen und ein klein Stückchen unserer Wege gemeinsam durchs Leben hüpfen würden, ob beruflich oder privat.



Einzigartig durch Anders sein

Dilara Cagdas, Volunteerin, Marketingexpertin & Kommunikationsbegeisterte

Liebst du es zu malen? Liebst du es Musik zu machen oder liebst du es verrückt zu sein, Witze zu machen, dann ändere es nicht, bleib der selbstbestimmte Mensch, der du bist, bleib so wie du bist und ändere dich niemals für andere, du bist wundervoll und einzigartig, wie du bist. Doch hörst du auf andere, wirst du immer fremdbestimmt leben, also habe den Mut anders zu sein, denn jeder Mensch ist anders einzigartig.

Du musst nicht die perfekte Leistung erbringen, ob du ein Strichmännchen malst und dich das glücklich macht, dann ist es genau das, was dich in diesem Moment glücklich macht, sagt jemand etwas zu deinem Strichmännchen wie z. B. „das sieht aber echt scheiße aus, wieso verbringst du damit deine Zeit“ empfehle ich, diese Meinung einfach zu ignorieren und weiter Strichmännchen zu malen.

Fühlst du dich mit etwas nicht wohl, dann verabschiede es und bedanke dich für die Erfahrung, die du gemacht hast, du hast wieder mal etwas Wertvolles gelernt.

Also merke dir: Verfolge deine Ziele und Träume, Steine kannst du aufheben und wegwerfen, doch die Zeit, die vergeht kannst du niemals zurückdrehen und es werden sich immer wieder Menschen in unser Leben einmischen, ob gut oder böse gemeint, ist es im Endeffekt dein Leben was du dir kreierst.

EINZIGARTIG DURCH ANDERS SEIN - ZEIGE MEHR MUT ZUM ANDERS SEIN

Liebe Dilara, was bedeutet für dich MUT?

Wer kennt es nicht, dass sich bestimmte Personen in Dingen, die wir gerne tun oder in Zielen, die wir uns gesetzt haben bzw. Beziehungen, die wir führen einmischen!

Früher habe ich mir meistens Gedanken darüber gemacht, was andere mir sagten, ein Beispiel dafür: „du bist zu freundlich, sei doch nicht zu freundlich zu den Menschen“ natürlich habe ich als Jugendliche dann alles dafür getan, um nicht mehr nett zu sein, was hat es mir gebracht? Nichts und psychische Probleme!

Je älter ich wurde, je mehr fing ich an mich zu lieben, zu lieben wer ich bin, wie ich bin, ich habe nicht mehr auf andere gehört, die versucht haben mein Leben zu ändern.

Seit einigen Jahren höre ich nicht mehr auf das, was mir bestimmte Personen sagen, ob es meine Familie ist oder bekannte aus dem Umfeld, dies war die beste Entscheidung für mich, ich ging meinen Weg und wurde glücklicher. Du allein lebst dein Leben und nur du allein verfolgst und kämpfst für deine Träume, um an das Leben zu gelangen, wonach du dich am meisten sehnst.



Impressum

Claudia Nicoleta Grimm
79410 Badenweiler
Deutschland

E-Mail: mail[at]claudia-grimm.academy

USt. wird nicht ausgewiesen, da die Claudia Grimm Academy
Kleinunternehmer im Sinne des UStG ist.

Plattform der EU-Kommission zur
Online-Streitbeilegung: <https://ec.europa.eu/odr>

Wir sind zur Teilnahme an einem
Streitbeilegungsverfahren vor einer
Verbraucherschlichtungsstelle weder verpflichtet noch bereit.

Verantwortliche/r i.S.d. § 18 Abs. 2 MStV:
Claudia Nicoleta Grimm
79410 Badenweiler