



Haltung zeigen – Grundsätze von I-Ke

Liebe Leserinnen und Leser,

Haltung zeigt sich nicht in großen Worten, sondern im täglichen Verhalten – in dem, wie wir zuhören, sprechen und mit anderen umgehen. Dieses Dokument möchte verständlich machen, wofür I-Ke steht: klar, ruhig und menschlich, besonders dann, wenn Situationen schwierig werden.

Warum dieses Dokument?

In herausfordernden Momenten fehlt oft Orientierung: Was ist jetzt wichtig? Wie bleibe ich fair, ohne meine Grenze zu verlieren? Die Grundsätze von I-Ke bieten eine gemeinsame Basis, auf die Menschen sich beziehen können – in Familien, in Schulen, in Teams und Einrichtungen. So entsteht Klarheit im Miteinander, statt Schuldzuweisungen oder Rückzug.

Dieses Dokument bringt:

- Orientierung in schwierigen Situationen
- eine gemeinsame Wertebasis
- Klarheit im Umgang miteinander

Es richtet sich an alle, die bewusst kommunizieren wollen – ob privat oder beruflich.

Haltung bedeutet für I-Ke:

Ich bleibe klar – auch wenn es schwierig wird.

Haltung heißt, sich nicht von Lautstärke, Druck oder Emotionen davontragen zu lassen, sondern innerlich aufrecht zu bleiben. Es geht darum, Grenzen zu benennen, ohne zu verletzen, zuzuhören, ohne alles gutzuheißen, und deutlich zu sprechen, ohne laut werden zu müssen.

Bei I-Ke glauben wir:

- Respekt ist lernbar – in jedem Alter und in jedem Umfeld.
- Kommunikation ist Übung – niemand macht alles „richtig“, aber jeder Schritt zählt.
- Jeder Mensch zählt – unabhängig von Rolle, Herkunft oder Fehlern.

Daraus entsteht eine Haltung, die verbindet: klar in der Sache, respektvoll im Ton, interessiert am Gegenüber.

Ein zentraler Satz von I-Ke lautet:

Du musst nicht laut sein.

Aber du darfst gehört werden.

Das bedeutet: Deine Stimme ist wichtig – auch leise, ruhig, suchend. Es geht nicht darum, sich durchzusetzen um jeden Preis, sondern darum, sichtbar zu sein und die eigene Position verständlich zu machen.

Mit den Grundsätzen von I-Ke laden wir dich ein, Kommunikation als Haltung zu verstehen: als bewusste Entscheidung für Respekt, Klarheit und Menschlichkeit – Tag für Tag, Gespräch für Gespräch.

Herzliche Grüße

I-Ke – Kommunikation & Haltung