



Dialogpause: Thomas Rehehäuser, Hauptstraße 10, 19217 Königsfeld, E-Mail: post@dialog-pause.de

Referenz für Antje Hinz als Prozessbegleiterin (2023-2024)

Antje Hinz hat mich von 2023-2024 als Prozessbegleiterin bei der nachhaltigen Entwicklung meines Projektes [Dialogpause](#) in Mecklenburg-Vorpommern im Programm [MITEINANDER REDEN](#) (MR) der Bundeszentrale für politische Bildung beraten und unterstützt. MR stärkt demokratische Strukturen im ländlichen Raum und die Selbstwirksamkeit der Bewohner:innen.

Mein Projekt „Dialogpause“ fördert verbindende Gespräche und echte Begegnungen. Im Podcast „Dialogpause“ spreche ich mit meinen Dialoggästen 30 bis 60 Minuten über Fragen zum Leben und Wirken in Mecklenburg. Nach jeder Frage und nach jeder Antwort gebe ich mit einem Gong das akustische Zeichen für 60 Sekunden Stille. Diese Dialogpause schenkt mir und meinen Gästen Zeit zum tieferen Nachdenken über Fragen und Antworten und zum „Hin-zu-hören“. Die Pause gibt Raum für eigene Gedanken, ermöglicht eine tiefere Selbsterkenntnis und neue Perspektiven.

Antje Hinz hat mich durch ihre professionelle und kenntnisreiche Prozessbegleitung maßgeblich unterstützt. Freundlich, ermutigend und wertschätzend hat sie mich beraten und gecoacht. Antje Hinz ist eine hervorragende Netzwerkerin, die es versteht, Menschen zu verbinden. Sie ist eine außerordentliche Quelle für vielfältige und wertvolle Kontakte, kennt eine Vielzahl von Ansprechpartner:innen zu sehr verschiedenen Themen und Bereichen und hat sie stets mit großer Offenheit und Begeisterung an mich weitergegeben: zu engagierten Menschen in Zivilgesellschaft, Bildung, Kultur, Politik, Verwaltung, Wirtschaft. Antje Hinz gab mir Tipps und Hinweise für das erfolgreiche Netzwerken, empfahl mir, jeden Kontakt nach einem neuen Kontakt zu fragen. So half sie mir, Schritt für Schritt neue Dialogpartner:innen für meine Interviews zu erschließen. Sie ermutigte mich auch bei Rückschlägen, die ich anfangs als Zugezogener in Mecklenburg erlebte. Auch ihre medienpraktischen Erfahrungen als Journalistin, Autorin und Podcasterin gab sie verständlich an mich weiter. Sie vermittelte mir Interviewtechnik und Fragenformen, ermutigte mich, nicht nur Fragen zu stellen, sondern im Sinne einer lebendigen Gesprächsführung und eines offenen Dialogs auch meine eigene Wahrnehmung und meine Erfahrungen einzubringen. Antje Hinz vermittelte mir darüber hinaus medientechnische Kenntnisse für eine Podcast-Produktion und -Konfektionierung, empfahl konkrete Medientechnik und Podcasthoster. Das Projektcoaching von Antje Hinz war unbezahlbar. Ihre Expertise, Ihr Hinterfragen und Reflektieren waren für mich besonders wertvoll. Die Gewissheit, für Fragen in der Projektgestaltung und nachhaltigen Projektentwicklung immer ein offenes Ohr und eine wertschätzende Ansprechpartnerin zu haben, waren für mich ein großer Gewinn. Ich möchte Antje Hinz daher als Prozessbegleiterin sehr gerne weiterempfehlen.

Thomas Rehehäuser, Dialogpause, Sokratische Gespräche, Business-Coach, Facilitator