

Negativunterstellung im Gespräch vermeiden - Partner/innen-Übung -

Filtern Sie bitte aus den Formulierungen die Unterstellungen negativer Absichten heraus und formulieren Sie ohne Negativunterstellung. Formulieren Sie bitte in *Ich*-Botschaften um.

Sie können jeder für sich die Übung machen und danach vergleichen oder sogleich gemeinsam die besten Umformulierungen überlegen. Als Prüfstein für die Richtigkeit der Formulierungen gilt: Wenn Sie die umformulierte Aussage hören, würden Sie sich mit ihr wohlfühlen, wenn sie Ihnen gelten würde?

lfd. Nr.	Negativunterstellung	Feedback ohne Negativunterstellung
1	Sie wollen mich ja gar nicht verstehen!	(Beispiel:) Ich fühle mich nicht mehr von Ihnen verstanden!
2	Du arbeitest so langsam, als ob du eine freizeitorientierte Schonhaltung eingenommen hättest.	
3	Sie könnten ruhig auch an das Team denken, nicht nur an sich selbst!	
4	Sie sind ja an einem Kompromiss gar nicht interessiert!	
5	Du kümmerst dich zu wenig um die Kinder.	
6	Sie parken rücksichtslos!	
7	Sein Wunsch ist völlig überzogen und selbstsüchtig!	
8	Sie hat doch schon lange keine Lust mehr, in unserem Projekt mitzuarbeiten!	
9	Du könntest im Haushalt auch etwas aufmerksamer sein.	
10	Mit dieser Lern-Einstellung willst du das Abi schaffen?	
11	(von Ihnen formulierte Beispiele für Negativ-Unterstellungen...)	
12		

Ziehen Sie bitte zur Auswertung der umformulierten Sätze die Datei mit den Lösungen zu Rate. Bedenken Sie bei der Auswertung bitte, dass es viele alternative Lösungen zu den dort angegebenen Lösungen gibt.