
Gelungene Kommunikation

- I. Verwende Ich-Botschaften
- II. Übernehme Verantwortung für die eigene Reaktion
- III. Sei authentisch
- IV. Keine Fremdwort-Angeberei
- V. Vermeide es weitschweifig zu sein, sei strukturiert
- VI. Sei dir bewusst was du fühlst und was du willst
- VII. Sei offen und ehrlich und vermeide:
„Man...“/ „Wir...“/ „Es...“/ überwiegend Fragestellungen
- VIII. Kommuniziere bewusst:
„... meine was du sagst und sage was du meinst“
- IX. Zeige Wertschätzung
- X. Interpretiere wenig, frag lieber nach
- XI. Achte auf deine Kongruenz und die des anderen
- XII. Führe keine Pseudogespräche
- XIII. Formuliere offene Appelle