

Sprich mit mir...

ANLEITUNG | SCHRITT 1:

Suchen Sie sich jeweils einen eigenen Platz, wo Sie getrennt voneinander, ungestört und ohne Zeitdruck nachdenken können. Sie können diese Unterlage ausdrucken oder auf einem Blatt unbeeinflusst Ihre Meinungen und Vermutungen in Stichworten (in die jeweiligen Kästchen) eintragen oder notieren:

Darüber zu sprechen fällt mir leicht:	Darüber zu sprechen fällt mir schwer:
Darüber zu sprechen fällt meinem Partner/meiner Partnerin leicht:	Darüber zu sprechen fällt meinem Partner/meiner Partnerin schwer:

Überlegen Sie auch und ergänzen Sie folgende Sätze:

➤ Ich möchte gerne mit meinem Partner/meiner Partnerin sprechen über.....
➤ Mein Partner / meine Partnerin möchte vermutlich gerne mit mir sprechen über...

ANLEITUNG | SCHRITT 2:

Wenn beide fertig sind (nicht drängen, man kann unterschiedlich viel Zeit brauchen und sollte sie auch haben), setzen Sie sich zusammen, vergleichen Sie Ihre Ergebnisse und sprechen Sie darüber.

- ❖ Nehmen Sie die Übung als Anregung, sich öfter einmal darüber auszutauschen, wie es Ihnen mit dem miteinander Reden geht.