
Gesprächsregeln

1. Jede/r ist für sich selbst verantwortlich.
2. Es kann immer nur eine/r sprechen.
3. Sprich nicht per „wir“ oder „man“, sondern per „ich“.
4. Erkläre den Hintergrund deiner Frage.
5. Beachte Gesprächsstörungen.
6. Sprich Betroffene direkt an.
7. Beachte deine eigenen Körpersignale und die der anderen.
8. Gib anderen eine Rückmeldung wenn du dich von ihrem Verhalten betroffen fühlst.
9. Höre (ruhig) zu, wenn du eine Rückmeldung erhältst.
10. Experimentiere mit deinem Verhalten: bleibe lernfähig.

