



Bedingungen für gelingende Kommunikation

In spannenden Zeiten finde ich es immer wieder wichtig und hilfreich **klar** zu kommunizieren.

Da wir darin zum Teil ungeübt sind, geraten wir bisweilen in die Versuchung aus Rücksichtnahme zu viel für den anderen mitzudenken.

Diese unnötige Last möchte ich uns damit nehmen.

Für unsere gelingende Kommunikation habe ich hier ein paar Spielregeln, die ich gerne mit dir gemeinsam erproben möchte.

1) Alle deine Wünsche und Fragen sind mir willkommen und gut bei mir aufgehoben.

Formuliere sie bitte direkt, klar und eindeutig. So kann ich dein Anliegen und Bedürfnis am besten bedienen.

2) Ich achte gut auf meine Möglichkeiten und Grenzen und teile dir diese mit. So können wir beide überflüssige Zweifel und Scheu vermeiden. Das unnötige „für den anderen mitdenken“ fällt somit weg.

3) Sage mir Deine Grenzen und beachte diese gut für dich. Sollte ich sie mal überschreiten, teile mir dies zeitnah mit.

4) Lass uns mögliche Irritationen alsbald ansprechen.

So können wir gut „in der Liebe“ bleiben.

5) Teile mir zu Beginn all deine Vorstellungen, Möglichkeiten und Ideen mit.

Erweitern oder ändern sich diese im Verlauf, so sind auch diese immer wieder Willkommen.

Diese „Spielregeln“ für unser offenes und eindeutiges Miteinander haben für uns beide die selbe Gültigkeit und können jeder Zeit von uns erweitert oder verbessert werden.