



Selbstreflexion

- Habe ich überhaupt die innere Einstellung aktiv zuhören zu wollen?
- Wann tue ich es, wann nicht?
- Wodurch wird es erschwert, verhindert?
- Welche Formulierung benutze ich bzw. will ich benutzen?
- Kann ich an jeder Stelle die Partneraussagen zusammenfassen?
- Bin ich oft in Gedanken?
- Habe ich den Impuls den anderen zu unterbrechen? Was mache ich dann?
- Wie wirke ich auf das Selbstwertgefühl meines Partners?
- Wann ist mein Gesprächspartner o.k. für mich?