

## Checkliste

### Deine Einstellung vor dem Gespräch

Wie kannst Du Dir Deine Einstellung im Vorfeld eines Gesprächs bewusst machen? Stelle Dir dazu die folgenden Fragen:

- Bist Du Dir im Klaren darüber, dass Deine Gesprächspartner anders sind als Du? Was sind die Unterschiede zwischen Deinen Gesprächspartnern und Dir? Welche davon stören Dich? Welche empfindest Du als positiv?
- Was ist es, das Dich daran stört (welche Deiner Werte und Prinzipien verletzt das Verhalten der Anderen)?
- Welche positive Absicht steckt hinter dem Verhalten der anderen (welche Werte und Prinzipien)?
- Hast Du seine/ihre positive Absicht schon verstanden? Hast Du gefragt, was sie beabsichtigen?
- Akzeptiere ich meine Gesprächspartner als die besten Kollegen/Mitarbeiter/Kooperationspartner/Lieferanten/Dienstleister in dieser Situation für dieses Thema?
- Wenn nicht: warum? Was hält mich davon ab, das mit ihnen anzusprechen und zu klären? Gibt es reelle Alternativen oder bessere verfügbare Ansprechpartner? Wenn nicht: was hält mich davon ab, meine Gesprächspartner zu akzeptieren?