

Die Methoden auf dieser Seite können dir dabei helfen, mehr über deinen Partner zu erfahren, ein Gespräch am Laufen zu halten oder auch zu strukturieren.

### Klären

durch Nachfragen versucht der Partner herauszufinden, worum es dem Gegenüber geht

Bsp:

Habe ich dich richtig verstanden ...?  
Wenn du .. sagst, meinst du damit, dass ....?

### Spiegeln

mit den Worten des Partners (oder eigenen Worten) wiedergeben, was der Gegenüber gesagt hat; Emotionen, die du beim Gegenüber wahrnimmst, benennen

Bsp.:

Du hast gerade erzählt, dass ... und ich merke, dass dich das wirklich ... macht

### Offene Fragen

können nicht mit ja / nein beantwortet werden und regen zum ausführlicheren Erzählen an

Bsp:

Wie laufen Hausaufgaben bei dir zu Hause denn so ab?

### Zusammenfassen

das Gesagte ordnend und strukturierend zusammenfassen; hilft dabei eine gemeinsame Basis zur Weiterarbeit zu schaffen

Bsp:

Lass mich nochmal zusammenfassen: bei den Hausaufgaben siehst du vor allem zwei Probleme ... -

Kommunikation findet über Worte, aber auch über Körperhaltung, Gestik und Mimik statt. Auch das kann euch Aufschluss darüber geben, was euer Partner denkt oder fühlt.

Natürlich funktioniert das auch in die andere Richtung: unbewusst wird euer Partner euer Verhalten bewerten und schlussfolgern, ob ihr wirklich heute Lust auf das Gespräch habt, ob ihr abgelenkt seid oder ganz anwesend ...