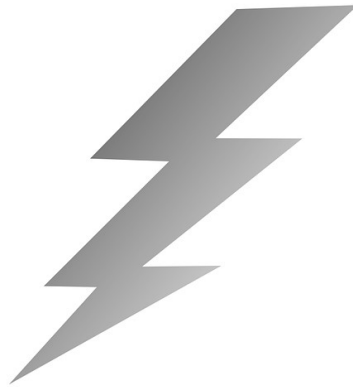


Sehe ich das richtig?

(Erwartungen und Fehler)



Ansatz 1: Erwartungen

In der zwischenmenschlichen Kommunikation spielen die Erwartungen der beteiligten Menschen eine große Rolle.

Zum Beispiel habe ich ganz eigene Vorstellungen, wie die Ablage in der Küche abzuwischen ist, als meine Frau. Oftmals kommt es zum Streit, weil ich die Ablage in ihrem Augen dreckig hinterlassen habe, obwohl ich davon überzeugt war, daß alles sauber ist.

Wenn unterschiedliche Erwartungen vorliegen, die in der Regel so nicht kommuniziert wurden, kann es schnell zu Abweichungen kommen. Was dann von der einen Partei schnell der anderen als **Fehler** angekreidet und vorgehalten wird.

Der andere hat meine Erwartungen nicht erfüllt!

Was folglich gleichzusetzen ist mit Enttäuschung und Frustration.

Ansatz 2: Formulierungen

Die folgenden Formulierungen helfen in der Kommunikation um die eigenen Erwartungen mitzuteilen und damit Fehler zu vermeiden:

- Es wäre schön, wenn
- Ich würde mich freuen, wenn
- Ich wünsche mir, daß
- Ich wäre froh darüber, wenn
- Ich wäre dir dankbar, wenn
- Wenn es dir nichts ausmacht, dann



Ansatz 3: eigene Ideen

Finden Sie noch zusätzliche eigene Formulierungen, um Ihre Erwartungen oder Wünsche mitzuteilen:



Erwartungen und Fehler

(Anwendungshilfe)

Beschreiben Sie bitte an einem konkreten Beispiel wie Ihre Erwartungen nicht erfüllt wurden.

Um was ging es?

Welche Erwartungen wurden nicht erfüllt?

Wie waren Ihre Gefühle?

Wie haben Sie reagiert?

Würden Sie heute etwas anders machen? Wenn ja was?

