

Übung: Kommunikationssperren nach Thomas Gordon in empathische Vermutungen übersetzen

Kommunikationssperre: Befehlen, anordnen, auffordern

„Du ziehst jetzt das Kleid an und basta!“

Wie würdest du dich als Tochter fühlen und was würdest du brauchen?

Als Tochter _____

Empathische Vermutung von der Tochter für den Vater:

Papa, _____

Kommunikationssperre: Beraten, vorschlagen, Lösungsangebot machen

„Dann zieh doch zumindest den Rock an!“

Wie würdest du dich als Tochter fühlen und was würdest du brauchen?

Als Tochter _____

Empathische Vermutung von der Tochter für den Vater:

Papa, _____

Übung: Kommunikationssperren nach Thomas Gordon in empathische Vermutungen übersetzen

Kommunikationssperre: Warnen, mahnen, drohen

„Du bist jetzt vernünftig oder das Camping morgen ist gestrichen!“

Wie würdest du dich als Tochter fühlen und was würdest du brauchen?

Als Tochter _____

Empathische Vermutung von der Tochter für den Vater:

Papa, _____

Kommunikationssperre: Beruhigen, beschwichtigen, Trost

„Nun komm, sind doch nur zwei Stunden!“

Wie würdest du dich als Tochter fühlen und was würdest du brauchen?

Als Tochter _____

Empathische Vermutung von der Tochter für den Vater:

Papa, _____

Übung: Kommunikationssperren nach Thomas Gordon in empathische Vermutungen übersetzen

Kommunikationssperre: Moralisieren, predigen, beschwören

„Auf so einer Feier hat man sich ordentlich zu kleiden!“

Wie würdest du dich als Tochter fühlen und was würdest du brauchen?

Als Tochter _____

Empathische Vermutung von der Tochter für den Vater:

Papa, _____

Kommunikationssperre: Urteilen, Kritik, Vorwürfe, Schuld

„Unglaublich, immer dasselbe mit dir! Musst du um jeden Preis deinen Willen durchsetzen?!“

Wie würdest du dich als Tochter fühlen und was würdest du brauchen?

Als Tochter _____

Empathische Vermutung von der Tochter für den Vater:

Papa, _____

Übung: Kommunikationssperren nach Thomas Gordon in empathische Vermutungen übersetzen

Kommunikationssperre: Belehren, Logik, überzeugen, Autorität

„Schau, auf solchen Feiern trägt man als Erwachsener keine Jeans. Und du bist doch erwachsen, oder?!“

Wie würdest du dich als Tochter fühlen und was würdest du brauchen?

Als Tochter _____

Empathische Vermutung von der Tochter für den Vater:

Papa, _____

Kommunikationssperre: Loben, zustimmen, schmeicheln, manipulieren, betteln

„Ach bitte – Kleider stehen dir doch soooo gut!“

Wie würdest du dich als Tochter fühlen und was würdest du brauchen?

Als Tochter _____

Empathische Vermutung von der Tochter für den Vater:

Papa, _____

Übung: Kommunikationssperren nach Thomas Gordon in empathische Vermutungen übersetzen

Kommunikationssperre: Beschämen, beschimpfen, lächerlich machen

„Hast du denn gar keinen Anstand?! Dass du dich nicht schämst!“

Wie würdest du dich als Tochter fühlen und was würdest du brauchen?

Als Tochter _____

Empathische Vermutung von der Tochter für den Vater:

Papa, _____

Kommunikationssperre: Ablenken, ausweichen, Rückzug

„Herrgott, wenn du meinst ... (seufz)“

Wie würdest du dich als Tochter fühlen und was würdest du brauchen?

Als Tochter _____

Empathische Vermutung von der Tochter für den Vater:

Papa, _____

Übung: Kommunikationssperren nach Thomas Gordon in empathische Vermutungen übersetzen

Kommunikationssperre: Interpretieren, Analyse, Diagnose

„Typisch Teenager, trotzig sein, um zu zeigen, dass du deinen eigenen Kopf hast!“

Wie würdest du dich als Tochter fühlen und was würdest du brauchen?

Als Tochter _____

Empathische Vermutung von der Tochter für den Vater:

Papa, _____

Kommunikationssperre: Nachforschen, verhören

„Jetzt erklär mir bitte mal, warum du das Kleid plötzlich nicht mehr magst!“

Wie würdest du dich als Tochter fühlen und was würdest du brauchen?

Als Tochter _____

Empathische Vermutung von der Tochter für den Vater:

Papa, _____
