

DIE KUNST DES SINNVOLLEN FRAGENS

Übungsblatt zum Meta-Modell der Sprache

Füge in die Leerzeile jeweils eine sinnvolle Metafrage ein.

Beispiele TILGUNGEN

NOMINALISIERUNGEN

"Der Erfolg ist mir sehr wichtig."

*Was bedeutet für dich **erfolgreich**? Welchen Erfolg genau?*

"Die ständigen Unstimmigkeiten nerven mich."

"Ich möchte gerne den Teamgeist stärken."

"Wir sollten hier eine Verbesserung vereinbaren."

"Wir wollen unsere Kommunikation verbessern."

"Ich habe grosse Hoffnung."

"Unser Ziel ist es, durch verbesserte Kooperation die Produktion zu steigern."

UNBESTIMMTE VERBEN

"Er zwingt mich dazu, so zu reagieren."

Wie genau tut er das?

"Meine Mitarbeiter versuchen, mich verrückt zu machen."

"Wir sollten miteinander kooperieren."

"Er ist bereit, mich zu unterstützen."

"Mein Kollege hat mich verletzt."

"Hans beginnt mich mittlerweile zu langweilen."

"Ich bin aufgeregt."

"Sie hilft mir immer."

"Du wirst diese Seminar noch mehr geniessen!"

UNBESTIMMTES SUBJEKT

"Man muß die Gefühle anderer Mitarbeiter berücksichtigen."

Wen meinst du damit? Wer ist „man“?

"Man sollte diese Menschen immer ernst nehmen."

"Man muß lernen, Konflikte zu vermeiden."

"Ich mag freundliche Menschen."

"Schwache Leute sind fehl am Platz."

"Die Kunden sind undankbar."

"Das ist ganz einfach."

FEHLENDER BEZUG

"Zu schweigen nützt nichts!"

Für wen nützt dies nichts?

"Offensichtlich ist das falsch!"

"Sie sollten sich mehr anstrengen!"

"Diese Idee ist besser!"

"Er vermied es erstaunlicherweise, den Vorfall zu erwähnen."

"Es ist mir zu teuer."

"Sie nahm sich das Beste."

"Ich habe genug."

Übungs-Beispiele für GENERALISIERUNGEN

VERALLGEMEINERUNG

"Dieses Projekt findet bei niemandem Zustimmung."

Bei niemandem? Bei gar keinem?

"Wir haben alles überprüft."

"Hier hatten wir noch nie Probleme."

"Das haben wir schon immer so gemacht."

"Das sieht doch jeder ein."

"Es ist unmöglich, jemandem zu vertrauen."

"Du machst aber auch nie etwas richtig."

"Alle sehen, dass ich zu dick bin."

MÖGLICHKEIT / NOTWENDIGKEIT

"Wir können hier keine Ausnahme machen."

Was würde passieren, wenn Sie es doch täten?

"Ich bin ausserstande, deine Entschuldigung anzunehmen."

"Ich muss mich um meine Nachbarin kümmern."

"Ich muss mich beeilen."

"Ich kann Ihnen unmöglich Rabatt gewähren."

"Er ist nicht in der Lage, die Arbeit genau auszuführen."

"Wir müssen uns anstrengen."

Übungs-Beispiele VERZERRUNGEN

URSACHE - WIRKUNG

"Sie machen mich krank."

Wie genau schaffen die es, dich krank zu machen?

"Wenn sie mich so ansieht, kann ich nicht weiterarbeiten."

"Dieser ständige Streß macht mich fix und fertig!"

"Sie zwingt mich, eifersüchtig zu sein."

"Wenn ich mich nicht um andere Menschen kümmere, mögen sie mich nicht."

"Dein Lachen lenkt mich ab."

"Ich werde nur zornig, weil sie mich beschuldigt."

"Mein Kollege macht mich rasend."

"Ich bin nicht gern nervös, aber mein Beruf bringt es mit sich."

"Ich möchte mich ändern, aber meine Familie braucht mich."

GEDANKEN LESEN, VORANNAHMEN

"Sie wissen ganz genau, was ich meine!"

Woher wissen Sie das?

"Ralf scheint genau so faul zu sein wie Susanne."

"Alle machen sich insgeheim über mich lustig."

"Ich weiss, dass ihr dies gut tut."

"Schmidt berücksichtigt nie unsere Situation."

"Ich weiss, dass sie das nicht wirklich so meint."

"Niemand versteht mich."

"Ich sehe schon von weitem, dass er unzufrieden ist."

"Ich bin deprimiert, dass Du mir nicht helfen willst."

"Meine Sekretärin versteht kein Wort."

VERLORENE ZITATE

"Wo ein Wille ist, ist auch ein Weg!"

Was bedeutet dies in diesem Zusammenhang für dich?

"Es ist dumm, sich so abzarbeiten!"

"Einmal ist keinmal!"

"Scheiden ist schrecklich!"

"Es ist falsch, so etwas zu glauben!"

"Das ist die richtige Art, es zu tun!"