

# 1. Woche | Bewertungen

Bewertungen beeinflussen Gespräche.

Je nachdem wie du etwas bewertest oder jemanden bewertest, dementsprechend verläuft dann auch das Gespräch. Das heißt, wenn du jemanden positiv bewertest, dann wird das Gespräch eher positiv verlaufen, weil du deinen Gesprächspartner sympathisch findest.

Du wirst ihm vielleicht sogar zu stimmen und ihm Aufmerksamkeit schenken.

Wenn du deinen Gesprächspartner aber eher unsympathisch oder langweilig findest wird das Gespräch eher negativ von dir bewertet und das Gespräch wird eher unangenehm empfunden.

Alles in dir wird sich sträuben mit dieser Person ein angenehmes Gespräch zu führen und dein Gedanke wird sich wahrscheinlich darum drehen, wie du am schnellsten aus dem Gespräch flüchten kannst.

Wenn du ein gutes Gespräch führen möchtest das funktional ist und zu deinem gewünschten Ergebnis führt ist es notwendig dass du deine Bewertung veränderst oder sie nicht beachtest.

Auf diese Weise gibst du deinem gegenüber die Chance sich zu äußern und ihn kennen zu lernen.

In einem wertungsfreien Gespräch ist alles möglich. Jeder darf er selbst sein und seine Meinung äußern, selbst wenn schmerzhaft Themen angesprochen werden.

So erlaubst du deinem Gegenüber sich zu artikulieren und seine Meinung und seinen Teil beizutragen.

Ich weiß, dass dies zu Beginn sehr schwierig ist, weil man doch gerade von den eigenen Gefühlen sehr beeinflusst wird. Es ist eine Herausforderung trotzdem ein gutes Gespräch zu führen und seine Gefühle dabei zur Seite zu schieben aber es ist möglich.

Du wirst erstaunt sein, welche Ergebnisse dabei herauskommen können, wenn du es schaffst gelassen und bewertungsfrei Gespräche zu führen.

Ein Gespräch wertfrei zu führen heißt übrigens. nicht, dass du den Gesprächspartner oder was er getan hat gut finden musst! Es heißt auch nicht, dass du dem zustimmen musst was er sagt! Es geht hauptsächlich um Sachlichkeit und respektvollen Umgang.

Auf diese Weise kann eine gemeinsame Lösung gefunden werden, Dinge besprochen werden die nicht funktional sind und eine Basis für weitere Gespräche geschaffen werden.