

# **Ich-Botschaften**

## **Beitrag von „Femina“ vom 4. März 2005 23:03**

Oh, solche Konfliktgespräche finde ich auch ätzend.

Meine Vorschläge sind:

- nicht mehr erklären, warum man so gehandelt hat, wenn man das schon mehrmals erklärt hat (aber auch das hängt von der Situation ab)
- dem anderen signalisieren, dass man ihn versteht ("Es hat dich verletzt, weil ich nicht gekommen bin. Das tut mir leid, es war mir nicht bewusst, dass es dich so sehr treffen würde." Vorausgesetzt es war dir wirklich nicht bewusst...)
- "Was kann ich tun, damit du mir verzeihst?"

Vielleicht schaffst du es, jeden Vorwurf ohne Gegenvorwurf zu schlucken. (Das ist sssssoooooo schwer!)

Wäre der Termin mit der Holocaust-Überlebenden verschiebbar gewesen? War die Tochter der Schwägerin enttäuscht, weil du nicht gekommen bist?

Ich drücke die Daumen für einen guten Gesprächsverlauf! 😊

Femina