

## Arbeitsblatt: Zwischenmenschliche Fertigkeiten 10 B

---

Wenn Sie die ersten drei Fragen mit Ja beantwortet haben, können Sie mit den folgenden sechs Fragen fortfahren: Überlegen Sie, mit welcher Nachdrücklichkeit Sie Nein sagen wollen!

4. **Zeitpunkt** (*Ist es ein schlechter Zeitpunkt, Nein zu sagen?*)

---

5. **Rechte** (*Verstößt eine Ablehnung gegen die Rechte des anderen?*)

---

6. **Zuständigkeit** (*Bin ich dafür zuständig?*)

---

7. **Beziehung – Gegenseitigkeit** (*Ist die Bitte der Person unserer Beziehung angemessen?*)

---

8. **Ziele** (*Steht ein Nein im Konflikt mit langfristigen Zielen?*)

---

9. **Selbstachtung** (*Was sagt Ihre Intuition?*)

---

Summe der Nein-Antworten: \_\_\_\_\_