

Arbeitsblatt: Zwischenmenschliche Fertigkeiten 12 B

Wenn Sie die ersten drei Fragen mit Ja beantwortet haben, können Sie mit den folgenden sechs Fragen fortfahren. Überlegen Sie dann, mit welcher Nachdrücklichkeit Sie Ihre Bitte vorbringen wollen!

4. **Zeitpunkt** (*Ist es ein guter Zeitpunkt für meine Bitte?*)

5. **Zuständigkeit** (*Ist die Person zuständig für das, um was ich bitten will?*)

6. **Rechte** (*Habe ich ein Recht auf das, worum ich bitte?*)

7. **Beziehung – Gegenseitigkeit** (*Ist meine Bitte unserer Beziehung angemessen?*)

8. **Ziele** (*Ist die Bitte wichtig für langfristige Ziele?*)

9. **Selbstachtung** (*Verhalte ich mich kompetent?*)

Summe der Ja-Antworten: _____