

# PLUSPUNKTE

IMPULSE FÜR POLITIK- UND POTENZIALENTWICKLUNG

## Fünf Schritte für ein gutes Gespräch

1. **Inhalt**
  - Was will ich mit diesem Gespräch erreichen?
  - Was ist für mich unumstößlich?  
veränderbar?  
verhandelbar?
  - Welche Schwierigkeiten/Gefühle bereite ich bzw. das Thema meinem Partner?
  
2. **Rahmenbedingungen überprüfen**
  - Störungen ausgeschaltet?
  - Wo spreche ich? (Raum)
  - Wie viel Zeit steht mir zur Verfügung?
  
3. **Vorbereitung**
  - Vorsatz fassen: „Ich will jetzt wirklich verstehen, was der andere mir sagen will“; sich vornehmen, auf Verurteilungen und Angriffe/Kontra zu verzichten.  
Körperhaltung: Dem Partner zuwenden;  
Blickkontakt herstellen
  
4. **Gesprächseröffnung**
  - Klar und eindeutig Anlass, Ziel und Dauer des Gesprächs nennen bzw. vereinbaren.
  
5. **Gesprächsführung**
  - Sammeln: Sicht des Partners erfragen, zuhören, nachfragen und eigene Sicht als weiteren Teil der „Bestandsaufnahme“ darstellen
  - Ordnen: Gemeinsames Verständnis in die Information bringen, Zuordnung
  - Gewichten: Pro und Kontra abwägen, bewerten, nach Bedeutung gliedern, Prioritäten setzen
  - Entscheiden: Festlegen, welche Lösung gilt. Akzeptanz prüfen; überprüfen, ob Lösung auf gemeinsamer Sichtweise des Problems aufbaut
  - Zeitraum festlegen Indem die Entscheidung auf Effektivität und Tragfähigkeit überprüft wird.

Jetzt alle „Pluspunkte“ im Bildungswiki der Parteischnle im Willy-Brandt-Haus: <http://parteischnle-wiki.spd.de>.