

Drei unterschiedliche Arten von Bitten



„JE KLARER WIR WISSEN, WAS WIR VOM
ANDEREN WOLLEN, DESTO
WAHRSCHEINLICHER IST ES, DASS SICH
UNSERE BEDÜRFNISSE ERFÜLLEN WERDEN.“

M.B. ROSENBERG

Die Handlungsbitte:



Die Handlungsbitte zeichnet sich dadurch aus , dass sie ein konkretes, jetzt erfüllbares Handeln vorschlägt. Es wird präzise mitgeteilt, welches Verhalten derzeit gewünscht wird. Dazu gehört ein zeitlicher Rahmen, in dem man die Bitte gerne erfüllt hätte:

- „Bitte senden Sie mir die Unterlagen bis Montag, 12.00 Uhr, per Mail.“
- „Bitte sagen Sie mir jetzt, was Sie brauchen, um den Vertrag heute zu erstellen.“
- „Sind Sie bereit, die Präsentation bis 16.00 Uhr mit Frau Anders abzustimmen?“

Die Beziehungsbitte:



Die Beziehungsbitte kommt dann zum Zug, wenn wir eine Brücke zum Gegenüber schlagen wollen und damit dem anderen die Chance geben wollen, seine Seite zu zeigen. Gerade in emotional geladenen Situationen hilft sie, mit dem anderen im Austausch zu bleiben und beide Seiten gleichermaßen mit einzubeziehen:

- „Wie geht es Ihnen damit, wenn Sie das hören?“
- „Wie ist es für Sie, das zu hören?“

Die Feedbackbitte:



Bei den Feedbackbitten geht es darum, Resonanz vom Gegenüber zu bekommen. Sie haben etwas gesagt oder getan und wollen jetzt wissen, wie das beim Gegenüber angekommen ist. Besonders wenn es brenzlig wird und Sie befürchten, dass Ihr Gegenüber Sie missverstanden haben könnte, können Sie überprüfen, ob Ihre Nachricht auch wirklich so gehört wurde, wie Sie es meinen. Das gibt Ihnen die Möglichkeit, sich noch klarer auszudrücken:

- „Sind Sie bereit, mir zu sagen, was Sie gehört haben?“
- „Bitte sagen sie mir, was jetzt bei Ihnen ankam, damit ich sicher sein kann, dass ich verstanden wurde.“