FÜR SIE · REFLEXION ZUM MITNEHMEN

So möchte ich mich ausdrücken

Datum: _____ Name oder Kürzel (freiwillig): _____

Wofür dieses Blatt da ist

Sie können zeigen, wie Sie am liebsten antworten und wie andere Ihr Ja, Nein oder eine Pause erkennen.

So können Sie es nutzen

Sie können schreiben, sprechen, zeigen oder eine vertraute Kommunikationshilfe verwenden. Eine gewählte Person kann unterstützen. Nehmen Sie sich Zeit. Sie entscheiden, was Sie beantworten und teilen möchten.

01 · Wie möchten Sie antworten?

02 · Was bedeutet bei Ihnen Ja?

REFLEXION · WEITERDENKEN

Meine Gedanken haben Platz

Datum: _____ Name oder Kürzel (freiwillig): _____

03 · Wie zeigen Sie Nein oder Unsicherheit?

04 · Wie möchten Sie eine Pause sagen?

05 · Wie sollen wir prüfen, ob wir Sie verstanden haben?

REFLEXION · MEIN NÄCHSTER SCHRITT

Was ich mitnehmen möchte

Datum: _____ Name oder Kürzel (freiwillig): _____

Es muss noch nicht fertig sein

Vielleicht ist ein Gedanke klarer geworden. Vielleicht ist eine neue Frage entstanden. Beides darf mit ins nächste Gespräch.

Welcher Gedanke war für mich hilfreich?

Was möchte ich ausprobieren oder beim nächsten Gespräch ansprechen?

Welche Unterstützung wünsche ich mir dafür?

Dieses Blatt gehört zu Ihrer Reflexion. Bewahren Sie es so auf, dass Ihre Gedanken privat bleiben. Sie entscheiden, was Sie teilen möchten.