Negationen

Hier begegnet uns erstmal ein wichtiges Prinzip der Kommunikation: Wir müssen alle Informationen verarbeiten, wenn wir sie kennen.
Der Trick bei den Negationen ist, dieses Prinzip jetzt zu nutzen und mit Hilfe der Negationen über Dinge zu sprechen, die ohne die Negationen nicht angebracht oder sinnvoll wären.
Auf diese Weise haben wir das Thema schonmal angesprochen und es wird repräsentiert. Damit können wir dann später arbeiten.

Beispiele:

Du brauchst dich jetzt noch **nicht** zu entspannen, denn wir haben noch **nicht** angefangen und wenn du **nicht** sofort in einen angenehmen Zustand gehst, der dich **nicht** dabei unterstützt **kein** gutes Gefühl zu haben, dann ist das ja deine Entscheidung.

Es ist **nicht** nötig sich sofort zu entspannen.

Höre **nicht** auf mich, denn wenn du denkst, dass ich **nicht** weiß, was für das richtige ist, kannst du es selbst herausfinden und das wirst du, selbst wenn du noch **nicht** bereit bist, weil du es willst, oder nicht?

Negationen sind in der Kommunikation mit Gegenbeispielsortieren sehr effektiv.

Übung:

Schreibe einen kurzen Text mit möglichst vielen Verneinungen.

Du brauchst nicht **alle Verneinungen** zu **verwenden** und ich weiß auch nicht, ob du die **Übung jetzt gleich machen** möchtest?

Notizen:

Notizen: