

Übung zu Mentalisierung

Versetzen Sie sich in eine Person hinein, die Sie herausfordert und wechseln Sie die Perspektive:

- Das macht mir in meiner Arbeit großen Spaß
- Ich würde Folgendes fürchten
- Das wäre mir in der Führung / als Geführte/r besonders wichtig
- Das treibt mich an
- Das frustriert mich besonders
- So würde ich mich in einem Konflikt verhalten
- Folgende „hidden Agenda“ könnte ich nicht mitteilen (Was würde ich niemals laut aussprechen)