

## WEGWEISER

Anzeichen in einem Gespräch, dass ich in einem Machtspiel gefangen bin

### ÜBERPRÜFEN SIE NACH EINEM GESPRÄCH FÜR SICH SELBST:

- Fühle ich mich energetisch eher schwächer, kraftloser als vorher?
- Ist meine Stimmung eher schlechter als besser geworden?
- Bin ich durch das Gespräch diffuser statt klarer geworden?
- Bin ich an meiner Sichtweise, meiner Positionierung eher ins Zweifeln geraten?
- Fühle ich mich verunsichert, als ob ich etwas falsch gemacht hätte?
- Habe ich das, was mir wichtig ist, nicht in das Gespräch einbringen können?
- Wurden meine Sichtweisen und Interessen an einer Lösung ignoriert?
- Habe ich oder hat der andere das Gespräch dominiert?
- Dauerte das Klärungsgespräch viel länger als gewünscht?
- Hatte ich das Gefühl, dass meine Punkte verändert und eher gegen mich verwandt wurden?
- Ist meine Kreativität eher geringer geworden?