

➔ Bitte ausdrucken, an der roten Linie falten, zusammenkleben und ausschneiden!

Vorderseite

Ablauf Dyade (2 X 5 Minuten, insgesamt max. 12 Minuten)

- Anruf durch Deinen Dyade-Partner
- Kurze, freundliche Begrüßung [Beispiel: "Hallo, ich wünsche Dir einen guten Morgen, mein Name ist Tanja."]
- Du beginnst als Sprecher und startest Deinen eigenen Timer, wenn der Dyade-Partner den STARTSATZ sagt:
 - "Ich höre Dir nun wohlwollend zu."
 - Deine Sprechzeit wird kategorisch beendet, wenn Dein Partner sagt:
 - "Ich danke Dir, dass Du mich an Deinen Gedanken hast teilhaben lassen, die Zeit ist nun um." [Nach ca. der Hälfte Deiner Redezeit von 5 Minuten wechselst Du eigenständig von der schwierigen zu der schönen Situation aus den letzten 24 Stunden.]
- ROLLENTAUSCH, Du beginnst mit dem Startsatz und stoppst die 5 Minuten für Deinen Partner
- Du beendest die Sprechzeit Deines Partners mit dem SCHLUSSSATZ [Zügiges beenden des Telefonats, ohne inhaltliche Stellungnahme oder Wertung.]
- Kurze, freundliche Verabschiedung

mich an Deinen Gedanken hast teilhaben lassen, die Zeit ist nun um."
ROLLENTAUSCH nach dem Satz Deines Partners: "Ich danke Dir, dass Du

insgesamt 5 min] Teil 2:	Bericht von einer schönen Situation	Dich dabei gefällt hast.
		aus den letzten 24 Stunden und wie Du	
] Teil 1:	Bericht von einer schwierigen Situation	Dich dabei gefällt hast.
		aus den letzten 24 Stunden und wie Du	

Nach dem STARTSATZ Deines Partners: "Ich höre Dir nun wohlwollend zu", beginnst Du zu erzählen:

Inhalt der Dyade (2 X 2,5 Minuten, insgesamt 5 Minuten)

Rückseite

Ablauf Dyade (2 X 5 Minuten, insgesamt max. 12 Minuten)

- Anruf durch Deinen Dyade-Partner

- Kurze, freundliche Begrüßung

Beispiel: "Hallo, ich wünsche Dir einen guten Morgen, mein Name ist Tanja."

- Du beginnst als Sprecher und startest

Deinen eigenen Timer, wenn der Dyade-Partner den STARTSATZ sagt:

"Ich höre Dir nun wohlwollend zu."

- Deine Sprechzeit wird kategorisch beendet, wenn Dein Partner sagt:

"Ich danke Dir, dass Du mich an Deinen

Gedanken hast teilhaben lassen, die Zeit ist nun um."

Nach ca. der Hälfte Deiner Redezeit von 5 Minuten wechselst Du eigenständig von der schwierigen zu der schönen Situation aus den letzten 24 Stunden.

- ROLLENTAUSCH, Du beginnst mit dem Startsatz und stoppst die 5 Minuten für Deinen Partner

- Du beendest die Sprechzeit Deines Partners mit dem SCHLUSSSATZ

- Kurze, freundliche Verabschiedung

Zügiges beenden des Telefonats, ohne inhaltliche Stellungnahme oder Wertung.

Inhalt der Dyade (2 X 2,5 Minuten, insgesamt 5 Minuten)

Nach dem STARTSATZ Deines Partners: "Ich höre Dir nun wohlwollend zu", beginnst Du zu erzählen:

Teil 1:
2,5 min

&

Bericht von einer **schwierigen Situation** aus den letzten 24 Stunden und wie Du Dich **dabei gefühlt hast.**

Teil 2:
2,5 min

Bericht von einer **schönen Situation** aus den letzten 24 Stunden und wie Du Dich **dabei gefühlt hast.**

Insgesamt
5 min

ROLLENTAUSCH nach dem Satz Deines Partners: "Ich danke Dir, dass Du mich an Deinen Gedanken hast teilhaben lassen, die Zeit ist nun um."