

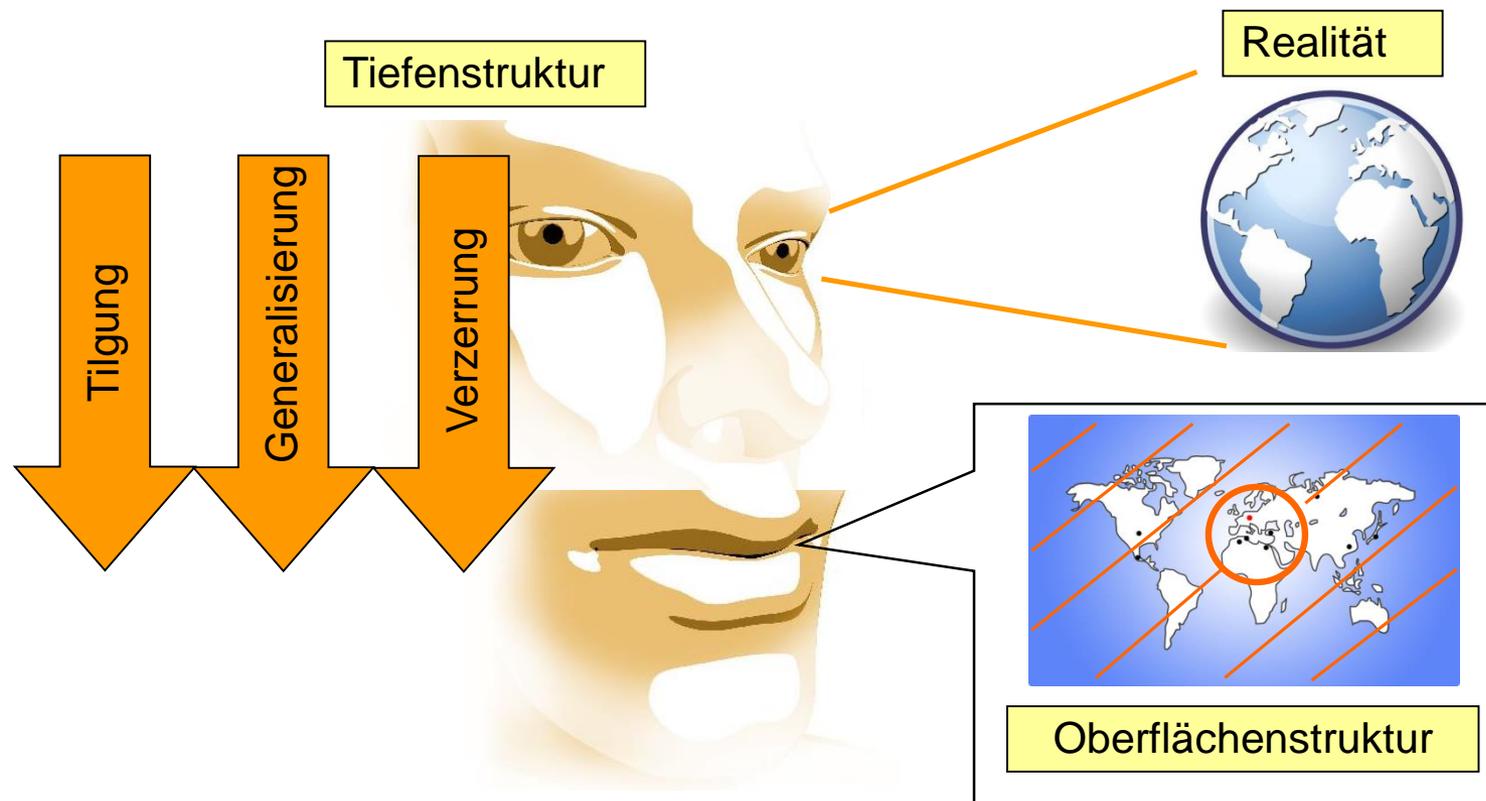


Emotional Connectivity

CHANGE BY CHOICE

## Meta-Modell der Sprache

Grundlegend für die Anwendung des Meta-Modells der Sprache ist der Gedanke, dass Sprache einen großen Einfluss auf das menschliche Denken und Handeln hat. Sprache ist aber nicht Erfahrung (= unmittelbares Erleben), sondern vielmehr eine Abbildung (= Repräsentation, Modell) der eigenen Erfahrung.



### Ziel:

Das Meta-Modell der Sprache macht uns den Einfluss der Sprache auf das menschliche Denken und Handeln bewusst. Es zeigt auf, wie die Sprache der menschlichen Erfahrung Grenzen setzt, aber auch, wie sie diese Grenzen überwinden kann. Das Modell hilft dabei, Tilgungen, Verzerrungen und Generalisierungen in der Sprache zu identifizieren und entsprechend zu hinterfragen. Eigene Denk- und Verhaltensmuster können dadurch erkannt und entsprechend eingesetzt werden.



## Meta-Modell der Sprache

Grundlegend für die Anwendung des Meta-Modells der Sprache ist der Gedanke, dass Sprache einen großen Einfluss auf das menschliche Denken und Handeln hat. Sprache ist aber nicht Erfahrung (= unmittelbares Erleben), sondern vielmehr eine Abbildung (= Repräsentation, Modell) der Erfahrung.

### Wir denken viel schneller und mehr als wir sprechen.

- **Tiefenstruktur** nennt man die Ebene des Denkens. In der Kommunikation verkürzen wir diese Tiefenstruktur, um uns klar, deutlich und effizient artikulieren zu können.
- **Oberflächenstruktur** bezeichnet das tatsächlich Gesagte.

### Der Prozessverlauf von der Tiefen-, zur Oberflächenstruktur:

- **Tilgung** ist der Prozess, wie wir Wahrnehmung selektieren. Durch die Konzentration auf das Eine, bleibt Anderes unberücksichtigt.
- Fragetechniken für Tilgungen: Wer?, Wie?, Was?, ...
- **Verzerrung** ist der Prozess, bei dem wir Wahrnehmungen an unser persönliches Weltbild anpassen.
- Fragetechniken für Verzerrungen: „Ihr Verhalten macht mich nervös.“ - „Sie wären nicht mehr nervös, wenn ich mich anders verhalten würde?“
- **Generalisierung** ist der Prozess, bei dem von Einzelfällen subjektiver Wahrnehmung auf allgemeingültige Aussagen geschlossen wird. z.B.: „Immer die.“
- Fragetechniken für Generalisierungen: „Wann genau...?“, „Wer genau ...?“, „Was genau ...?“, „Ohne Ausnahme ...?“, „Wirklich immer?“, ...

### Ziel:

Das Meta-Modell der Sprache macht uns den Einfluss der Sprache auf das menschliche Denken und Handeln bewusst. Es zeigt auf, wie die Sprache der menschlichen Erfahrung Grenzen setzt, aber auch, wie sie diese Grenzen überwinden kann. Das Modell hilft dabei, Tilgungen, Verzerrungen und Generalisierungen in der Sprache zu identifizieren und entsprechend zu hinterfragen. Eigene Denk- und Verhaltensmuster können dadurch erkannt und entsprechend eingesetzt werden.

## Meta-Modell der Sprache

Grundlegend für die Anwendung des Meta-Modells der Sprache ist der Gedanke, dass Sprache einen großen Einfluss auf das menschliche Denken und Handeln hat. Sprache ist aber nicht Erfahrung (= unmittelbares Erleben), sondern vielmehr eine Abbildung (= Repräsentation, Modell) der Erfahrung.



Emotional Connectivity

CHANGE BY CHOICE

Kategorien	Aussagen	Präzise Fragen	Ziele
<b>Nominalisierungen / Unspezifische Hauptwörter</b>	Kommunikation Teamfähigkeit Flexibilität Führung	Welche Art von Kommunikation? Woran erkenne ich das jemand ... ist? Wodurch genau ...?	Spezifizieren und klären des Zusammenhangs
<b>Unspezifische Verben</b>	ändern entwickeln verbessern	Wozu? Wohin? Warum?	Ergänzen, vervollständigen von Informationen
<b>Generalisierungen / Verallgemeinerungen</b>	nie jeder immer keiner	Wirklich nie/alle/immer/keiner...? War es wirklich noch nie anders? War es wirklich immer so? Ohne Ausnahme?	Einschränkende Überzeugungen und Vorurteile erkennen
<b>Regeln und Modaloperatoren</b>	müssen / muss (nicht) sollen / soll (nicht) können / kann (nicht) dürfen / darf (nicht)	Was wäre deine Wahl? Und wenn Du es tust? Was fehlt Dir? Warum nicht?	Neue Ideen, Chancen und Handlungsoptionen erkennen, einschränkende Überzeugungen überwinden
<b>Vergleiche ohne Bezug / Superlativen</b>	mehr / weniger besser / schlechter zu teuer zu alt	Im Vergleich wozu? Besser/schlechter als wer oder was? Weshalb? Wofür und warum?	Klären, womit verglichen wird und was die Kriterien sind

### Ziel:

Das Meta-Modell der Sprache macht uns den Einfluss der Sprache auf das menschliche Denken und Handeln bewusst. Es zeigt auf, wie die Sprache der menschlichen Erfahrung Grenzen setzt, aber auch, wie sie diese Grenzen überwinden kann. Das Modell hilft dabei, Tilgungen, Verzerrungen und Generalisierungen in der Sprache zu identifizieren und entsprechend zu hinterfragen. Eigene Denk- und Verhaltensmuster können dadurch erkannt und entsprechend eingesetzt werden.



	ICH	Person A	Person B	Person C
<b>1. Problemorientierung</b>				
Analyse				
Lösungen				
Kritik				
Aktion				
<b>2. Zielorientierung</b>				
Bewegung				
Stillstand				
<b>3. Zeitorientierung</b>				
Zukunft				
Gegenwart				
Vergangenheit				
<b>4. Zeitbindung</b>				
Assoziiert				
Dissoziiert				

## Ziel Übung Denkrahmen:

- sich den eigenen Denkrahmen bewusst machen
- erkennen, in welchen Bereichen der Denkrahmen sehr einseitig ist und in Zukunft mehr erweitert werden könnte
- den Denkrahmen der Anderen erkennen



<b>4. Außen- oder Innenorientierung</b>	<b>ICH</b>	<b>Person A</b>	<b>Person B</b>	<b>Person C</b>
Außen				
Innen				
<b>5. Wahrnehmungsrichtung</b>				
Ähnlichkeiten				
Unterschiede				
<b>6. Sortierungskriterien</b>				
Person				
Sache				
Handlung				
Ort				
Zeit				

## Ziel Übung Denkrahmen:

- sich den eigenen Denkrahmen bewusst machen
- erkennen, in welchen Bereichen der Denkrahmen sehr einseitig ist und in Zukunft mehr erweitert werden könnte
- den Denkrahmen der Anderen erkennen