

## Die Vier- Seiten einer Nachricht

Friedemann Schulz von Thun

|                                |                                                                                                                                                                                                                                                       |
|--------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Beispiel</b>                | <b>Eine Mutter betritt das unordentliche Zimmer ihrer Tochter, rollt mit den Augen und verlässt kommentarlos das Zimmer.</b>                                                                                                                          |
| <b>Sachebene</b>               | Das Zimmer ist aber unordentlich.                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>Selbstoffenbarungsebene</b> | Die Mutter ist genervt von der Unordnung. Sie mag keine Unordnung. Sie ist vielleicht auch darüber enttäuscht, dass die Tochter sich nicht an Regeln hält.                                                                                            |
| <b>Beziehungsebene</b>         | Die Mutter hält Tochter für einen faulen und unordentlichen Menschen, der sich nichts aus den Regeln der Mutter macht und damit ihre Autorität anzweifelt. Sie hat dennoch ein enges Verhältnis zu ihr, weshalb sie ihre Missbilligung ehrlich zeigt. |
| <b>Appellebene</b>             | Sie möchte, dass ihre Tochter das Zimmer aufräumt und sich an die Regeln hält.                                                                                                                                                                        |