



Hausordnung zweiter Ordnung



Da entlang geht's Richtung Krieg!

Da entlang geht's Richtung Frieden!

<p>Schubladisieren Sie die Störenfriede abwertend und ausgrenzend: <u>Sie</u> gehören nicht zu uns, sind nicht Teil des <u>wir</u>. Du-Botschaften: Du bist unmöglich, gemein, laut, blöd ... Du hast schon wieder ... Immer/nie bist du/tust du ...</p>	<p>Auch Nachbarn, die Störungen verursachen sind Teil des Wir, Teil unserer Haus- und Quartiersgemeinschaft. Ich-Botschaften: Ich fühle mich gestört ... Ich kann bei diesem Lärm schief einschlafen ... Ich bin verärgert ... Ich leide unter ...</p>
<p>Bedrohungen ausstoßen: Wenn Sie noch einmal ..., dann gibt es/werde ich/werden wir</p>	<p>Wertschätzung äußern: Ich schätze an Ihnen, dass Sie ... Ich finde es super, dass Sie ... Ich bewundere Sie, weil Sie ... Ich schätze Ihre Bemühungen</p>
<p>Pauschale Beschuldigungen und Unterstellungen: Sie tun das absichtlich um mich zu stören ... Immer fangen Sie damit an ... Nie kümmern Sie sich um ... Sie wollen gar nicht ... Ihnen ist das eh klar, egal ...</p>	<p>Verständnis zeigen: Ich verstehe, dass (Ihre) Kinder sich mal austoben müssen ... Ich weiß, Sie haben vieles am Hals/haben es nicht wirklich nicht leicht ... Da kann jedem mal passieren ...</p>
<p>Denunzieren/mit Polizei und Gericht drohen/Anzeigen erstatten/Intrigen spinnen, verbündete Kämpfer finden.</p>	<p>Wünsche äußern: Darf ich eine Bitte/einen Wunsch äußern?</p>
<p>Schimpfen, abwerten: Ich sag Ihnen, wer Sie sind: Sie sind ein Schwein/Trottel/Arschloch/kein Mensch</p>	<p>Absicht von der Auswirkung trennen: Ich weiß, Sie wollten nicht absichtlich ... Ich unterstelle Ihnen nicht ...</p>
<p>Herumbrüllen statt nachfragen und zuhören.</p>	<p>Interesse für die Situation des Gesprächspartners zeigen, zuhören, Fragen stellen: Können wir darüber reden ... wie wir das Problem gemeinsam lösen könnten?</p>
<p>Geben Sie sich verärgert, missmutig, griesgrämig, übel gelaunt, mieselsüchtig, hasserfüllt ...</p>	<p>Begegnen Sie Ihren Nachbarn frohen Mutes, mit Lächeln, offenen Herzen und dem Vertrauen, eine Lösung zu finden.</p>
<p>Illegitime Forderungen erheben: Sie haben hier gar nichts zu suchen ... Ich will, dass Sie für immer von hier verschwinden ...</p>	<p>Legitime Forderungen anerkennen: Ich akzeptiere Ihre Forderung nach Ruhe/Ordnung ...</p>
<p>Gleichgültig und gefühllos agieren: Ist mir scheißegal, wie es Ihnen geht ... Interessiert mich überhaupt nicht ...</p>	<p>Mitgefühl/Empathie zeigen: Ich kann Sie verstehen ... Ich kann nachempfinden/fühlen wie belastend/schwierige/anstrengend/traurig das für Sie sein muss ...</p>
<p>Alles verbissen ernst nehmen und ebenso handeln, über dramatisieren, ungeduldig sein, hysterisch ausrasten ...</p>	<p>Humorvoller, spielerischer Umgang mit Menschen und Situationen, lernen hinzunehmen, was nicht zu verändern ist, Mut fassen, um mögliche Veränderungen gemeinsam zu bewirken ...</p>