

Lust auf einen intensiven Austausch mit deiner Freundin?

Wie das gehen soll? Macht aus wer mit Zuhören oder Sprechen beginnen will.

Stellt euch den Wecker auf 5 Minuten. In dieser Zeit ist jede absolut in ihrer Rolle d.h. als ZuhörerIn dürft ihr nicht unterbrechen oder kommentieren. Am Ende bedankt sich die Sprecherin bei der ZuhörerIn für ihre Aufmerksamkeit.

Ein mögliches Thema ist:

Was tut dir gut?

Wann kannst du gut abschalten?

Wie fühlt es sich an, wenn es dir gut geht?

Nach dieser Zeit wechselt ihr. Anschließend tauscht euch aus, wie das so war.