

# Du-Botschaften – Ich-Botschaften

Probiert, die in der linken Spalte abgedruckten Du-Botschaften zu begründeten Ich-Botschaften umzuformulieren. Ein Beispiel soll euch hier als Orientierung dienen.

## Du-Botschaft

**„Nimm deinen Krempel weg!“**

[Situation: Banknachbar/-in verteilt überall sein/ ihr Schulmaterial]

## Ich-Botschaft

„Wenn du dein Schulmaterial auf meiner Seite des Tisches ausbreitest, fühle ich mich bedrängt und habe das Gefühl, von dir nicht respektiert zu werden. Ich wünsche mir, dass du probierst, deine Sachen in Zukunft besser zu ordnen und auf deiner Seite zu lassen, damit ich auch Platz für mein Material habe.“

**„Haltet eure Klappe!“**

[Situation: Schüler/-innen sprechen während einer Gruppenarbeit über Privates]



**„Ihr seid voll gemein!“**

[Situation: zwei Schüler/-innen lassen eine/einen Mitschüler/-in der Pause nicht mitspielen]

## Du-Botschaften - Ich-Botschaften

---

### „Hau’ ab, du Nervensäge!“

[Situation: Schüler/-in will  
während der Pause lieber  
alleine bleiben und fühlt sich  
gestört]

---

---

---

---

---

---

### „Du bist so unfair!“

[Situation: Schüler/-in  
beschwert sich, da der/die  
andere Schüler/-in beim  
Spielen schummelt]

---

---

---

---

---

---

### „Hast du sie nicht mehr alle?!“

[Situation: Mitschüler/-in  
bekommt ein ausgeliehenes  
Objekt im kaputten Zustand  
zurück]

---

---

---

---

---