

Folgende zehn „Fragegebote“ sollen Ihnen dabei helfen, besser systemisch zu fragen:

1. Bevor Sie eine Frage stellen: Reflektieren Sie Ihre Hypothese, warum und mit welchem Hintergrund Sie diese Frage stellen.
2. Formulieren Sie die Frage kurz und prägnant, am besten mit Sieben-Wort-Sätzen.
3. Formulieren Sie nur eine Frage je Satz.
4. Machen Sie Pausen beim Fragen – lassen Sie (sich) Zeit zum Nachdenken.
5. Eliminieren Sie suggestive und inquisitorische Fragen aus Ihrem Repertoire.
6. Bringen Sie gezielt Abwechslung in die Frageworte. Variieren Sie: was... welche... woran... wie... inwieweit... wodurch... wann... inwiefern... woher...
7. Achten Sie auf Ihre Stimme und Körpersprache.
8. Formulieren Sie hypothetische und zirkuläre Fragen.
9. Führen Sie durch skalierende Fragen Unterschiede ein.
10. Fragen Sie anknüpfend – d. h., nehmen Sie Bezug auf vorangegangene Aussagen.