

Lust- und Frustworte

Grundgedanke

Viele Worte in unserer Kultur sind mit bestimmten emotionalen Assoziationen verbunden. So lösen manche Worte bei einem Zuhörer eher angenehme Gefühle aus, andere dagegen tragen eine negative "frustige" Tendenz. Verwendet ein Sprecher überwiegend Frust beladene Worte, so kann er dadurch unbewusst Widerstand gegen sich bzw. seine Aussagen beim Zuhörer auslösen. Verwendet er dagegen positive Worte und Begriffe, findet er beim Zuhörer eher Akzeptanz.

Lustworte betonen in der Regel die Freiheit und Autonomie des Angesprochenen, stellen sein Erleben und Empfinden als wichtig dar, während Frustworte eher ein Machtgefälle (Kontrolle, Unfreiheit) anklingen lassen.

Lustworte

Beispiele

spielen, herausfinden, entdecken, mit Ideen experimentieren, probieren, träumen, sehen, schlafen, dösen, sich erlauben, hören, begegnen, sich gönnen, angenehm, Freude, Spaß, beginnen, Spiel, Neugier, Überraschung, wachsen, langsam genießen, wissen, können, Fähigkeiten, fühlen, wünschen, wollen, vertrauen, kontrollieren, entwickeln, Abenteuer, Phantasie, lassen, riechen, loslassen, wagen, reizen, kennen lernen, schmecken, geschehen lassen, verändern, suchen, neue Wege, Stärke, sich Schwäche erlauben, Kraft, unterstützen.

Frustwörter

Beispiele

schaffen, versuchen, anstrengen, bemühen, sich Mühe geben, müssen, sollen, es klappt, ich kontrolliere, Schwäche, helfen, urteilen, bewerten, Mißerfolg, Erfolg, es gelingt.

Ditko, Peter; Engelen, Norbert. In Bildern reden. Düsseldorf 1999.

Aktuelle Literaturhinweise und Internetquellen finden Sie unter www.lehridee.de - Tipps und Hinweise - Literatur bzw. Links