



5 TIPPS FÜR AUFMERKSAMES ZUHÖREN

1. Halten Sie Augenkontakt, wenn Ihr Gesprächspartner mit Ihnen spricht

Augenkontakt hilft Ihnen, sich zu konzentrieren, und vermittelt dem anderen den Eindruck, er bekomme Ihre volle Aufmerksamkeit.

2. Während des Zuhörens sollten Sie nichts anderes nebenbei tun

Ungeteilte Aufmerksamkeit signalisiert dem Gesprächspartner, dass Ihnen das Gespräch wichtig ist.

Wenn Sie während des Gesprächs etwas anschauen, lesen oder erledigen, dann signalisieren Sie dem Gegenüber damit, dass Ihnen sein Anliegen nicht wichtig ist.

3. Hören Sie genau hin, was Ihren Gesprächspartner bewegt, während er spricht

Fragen Sie sich: „Was bewegt meinen Gesprächspartner im Augenblick?“

Überlegen Sie sich was Ihnen Ihr Gegenüber mitteilen möchte, was er aber vielleicht nicht direkt anspricht.

4. Beachten Sie die Körpersprache

Geballte Fäuste, zitternde Hände, Stirnrunzeln und ein umherschweifender Blick geben Hinweise darauf, was der andere fühlt.

Manchmal vermittelt die Körpersprache eine ganz andere Botschaft als das gesprochene Wort.

5. Unterbrechen Sie den Gesprächspartner nicht

Der Mensch hört im Durchschnitt nur 17 Sekunden zu, bevor er unterbricht und seine eigenen Vorstellungen vorträgt.

Wenn Sie jemandem Ihre Aufmerksamkeit schenken wollen, dann reden Sie nicht dazwischen, um sich eventuell zu verteidigen, um dem anderen Vorwürfe zu machen oder Ihre eigene Position vorzubringen.