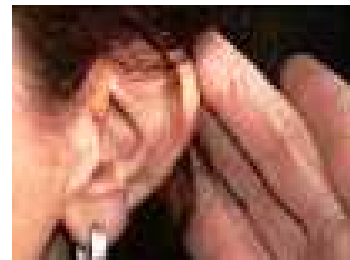




Hör gut zu!

Wenn Gespräche ohne befriedigendes Ergebnis enden, liegt der Grund mitunter an mangelndem Zuhören. Aktives Zuhören, präsent sein, interessiert sein, sich konzentrieren, als das gehört dazu und beschreibt die Fähigkeit. Doch wie kann man sich weiter entwickeln in seiner eigenen Zuhörkompetenz?

Wie wichtig es ist in einer Kommunikation angemessen zuhören zu können, merken Sie am besten am eigenen Leib, wenn Ihnen nicht so zugehört wird, wie Sie sich es wünschen.



Wie Sie ein besserer Zuhörer werden können zeigen unsere Übung und die folgenden Voraussetzungen, die Sie schaffen sollten.

Gute Voraussetzungen sind:

- Sorgen Sie für ausreichend Zeit
- Prüfen Sie Ihre innere Einstellung zum Gesprächspartner & Thema
- Minimieren Sie Störungen wie bspw. Telefon
- Signalisieren Sie Offenheit (keine verschränkten Arme oder Beine)
- Geben Sie verbale & nonverbale Signale, dass Sie den anderen hören, auch ein „hmm“ hilft hier
- Tun Sie nichts anderes nebenbei
- Stellen Sie Fragen und seien Sie neugierig

Nun zur Übung:

Besorgen Sie sich ein Hörbuch. Nehmen Sie sich eine 2-minütige Passage aus dem Buch und hören Sie genau zu und zwar 2 Mal. Danach geben Sie den Inhalt so exakt wieder, wie es Ihnen möglich ist. Das können Sie schriftlich oder auch mündlich aufzeichnen. Vergleichen Sie dann Original und Ihre Wiedergabe. Halten Sie die Abweichungen fest.

Nehmen Sie nun die nächste Passage von etwa 2 Minuten und verfahren Sie genauso. Planen Sie für die gesamte Übung etwa 10 Minuten ein und machen Sie die Übung täglich.

Wenn Sie die Abweichungen festhalten, werden Sie Ihre Fortschritte beobachten können. So können Sie Ihre Zuhörkompetenz genauso trainieren, wie Ihre Muskeln!

Viel Erfolg

Gerne beantworten wir Ihre Fragen:

Rolf Söder | Oberer Weg 12 | 97846 Partenstein

Fon 09355 975125 | fax 09355 975126

info@mindmarketing.de

<http://www.mindmarketing.de>