

Drei Mini- Übungen

Aktives Zuhören



Das Echo-Spiel

Schreiben Sie nach einem Gespräch 2–3 Sätze auf, was Ihr Gegenüber
wirklich gemeint hat.

Nicht, was gesagt wurde – sondern was dahinter stand. Beginnen Sie
Ihre Formulierungen mit "Es könnte sein, dass..." (Es sind ja nur
Vermutungen).



Die Frage-Challenge

Nehmen Sie sich vor, in einem Gespräch **fünf offene Fragen** zu stellen.

Zählt nur, wenn sie nicht mit „Aber..." anfangen!

Vermeiden Sie Fragen, die mit Warum/ Wieso/ Weshalb beginnen.



Die Stille aushalten

In jedem Gespräch kommt der Moment, in dem Sie etwas sagen
möchten. Tun Sie's nicht. Warten Sie.

Diese Stille ist oft der Moment, in dem Ihr Gegenüber weiterdenkt
und Sie wirklich etwas erfahren..