Aktiv zuhören – gemeinsam verstehen und handeln

Persönliche Kompetenzen und Kommunikation

Neigen Sie dazu, manchmal zu schnell und zu impulsiv zu reagieren? Wir kennen das: Man sagt etwas und hat das Gefühl, der Gesprächspartner/die Gesprächspartnerin hat gar nicht richtig zugehört. Die Bedeutung des Zuhörens für die Kommunikation wird immer noch stark unterschätzt. Durch gezieltes Nachfragen, Paraphrasieren und Spiegeln von Emotionen wird wirkliches Verstehen ermöglicht: Aktives Zuhören schlägt die Brücke zwischen einfachem Zuhören und echtem Verstehen.

Es ist die grundlegende Voraussetzung für eine vollständige und umfassende Kommunikation, welche nicht nur rationale, sondern auch emotionale Botschaften überträgt. Dadurch können Sympathien erzeugt und kritische Situationen elegant entschärft werden. Im Seminar wird der Fokus auf das Erlernen und Anwenden des aktiven Zuhörens gelegt, auf die überlegten Reaktionen und darauf, das Gespräch durch den Einsatz geschickter Fragetechniken positiv zu steuern.

Inhalte:

- **Ermitteln der eigenen Zuhörfähigkeit**
- **Erst einmal zuhören und dann freundlich das eigene Wissen vermitteln**
- **Die verschiedenen Arten des Zuhörens**
- **Regeln des Zuhörens – keine überschnellen Reaktionen!**
- **Bedeutung der inneren Haltung – Empathie ausstrahlen**
- **Gezielte Fragetechniken statt direkter Rückmeldungen**
- **Was die Körpersprache über Sie verrät**
- **Grundlagen nonverbaler Kommunikation**
- **Souveräner Umgang mit Vielrednern: Taktvoll unterbrechen und die Gesprächsführung übernehmen**

Methoden:

Trainerimpulse, Einzel- und Gruppenarbeit, Übungen an eigenen Themen und Fallbeispielen, Rollenspiele mit Feedback und Analyse

Kurs-ID:

TP-0489

Zielgruppe:

Mitarbeiter:innen der Haustechnik und Disponent:innen des Fuhrparks

Verein für Sozialpolitik, Bildung
und Berufsförderung e. V.
– Akademie der Wirtschaft –
Karthäuserstraße 23
34117 Kassel
Telefon 0561 1091-53

Zu unseren Inhouse-Seminaren