



## Reden und Zuhören

Wie P. Watzlawick schon sagte, „man kann nicht *nicht* Kommunizieren“. Unter diesem Motto begrüßt sie Sabine Nehring-Neumann, Heilpraktikerin für Psychotherapie, am 06.12.2018 von 10.00 bis 12:00 Uhr im Burgdorfer Mehrgenerationenhaus, Marktstr. 19-20.

Wenn wir sprechen, wollen wir uns mitteilen. Wir haben etwas zu sagen! Wir wollen den Anderen umstimmen oder überzeugen, manchmal auch manipulieren. Dabei nutzen wir nicht nur unsere Sprechorgane, wir nutzen auch unsere äußere Erscheinung, sowie Gestik und Mimik. Wir sprechen mit Händen und Füßen und gebärden uns manchmal wild gestikulierend. Sich aber die Frage stellen, wie nimmt mein Gegenüber das Gesagte auf, wie kommt dies an, tun die wenigsten von uns. Wir wollen mit dem Gesagten etwas erreichen und keine Selbsterkenntnis betreiben.

Beim Zuhören nehmen wir die verschiedensten Eindrücke unseres Gegenübers wahr. Was gibt er von sich, was verrät er über sich selbst, wie steht er zu mir, was hält er von mir und was will er mir eigentlich sagen. Aus diesen Eindrücken und Botschaften entwickelt sich ein inneres Bild unseres Gesprächspartners. Je nachdem, mit welcher Einstellung und inneren Befindlichkeit wir hinhören, wird das Gespräch verlaufen.

Sich der eigenen Thematik des Zuhörens bewusst werden kann sehr viel Wert sein.

Fallstricke beim Zuhören erkennen, können viel Kummer und Leid ersparen und ein besseres Gespräch entstehen lassen.

Sich bewusst werden, was bin ich für ein Zuhörer oder Zuhörerin, was teile ich beim Zuhören meinem Gegenüber unbewusst mit. Dieser Ablauf des Redens und des Zuhörens sollen in diesem Vortrag und Gespräch erkennbar werden.