

Zuhören über der Linie findet statt, wenn die Zuhölerin bewusst wahrnimmt, was gerade passiert – mit ihr und mit der Person, der sie zuhört, ohne weitere Motive. Diese Art des Zuhörens unterstützt echte Veränderung und berücksichtigt die verschiedenen menschlichen Intelligenzen – die kognitive, die emotionale und die körperliche Intelligenz.

KOPF

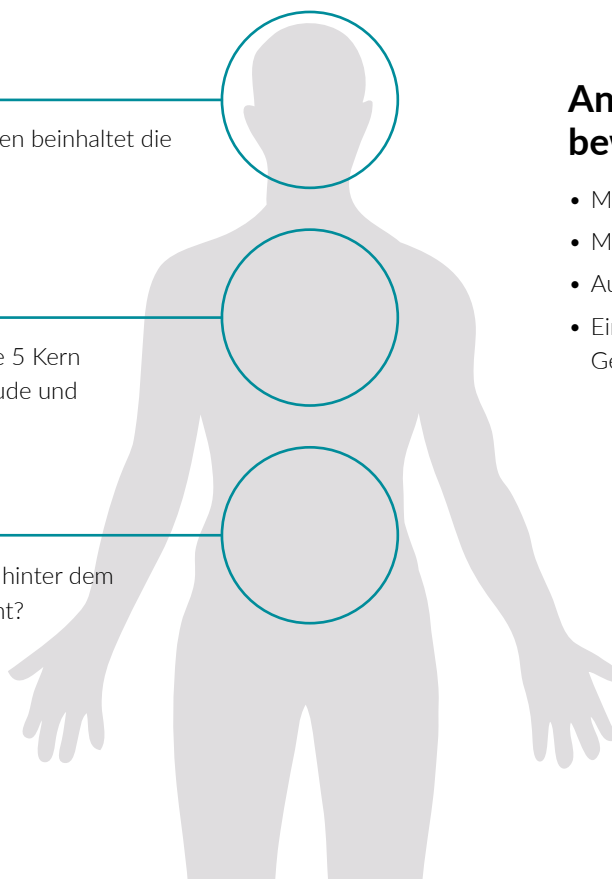
Welche Gedanken, Ideen, Überzeugungen beinhaltet die Botschaft?

HERZ

Welche Emotionen offenbaren sich? Die 5 Kern Emotionen sind Wut, Trauer, Angst, Freude und Kreative Begeisterung.

BAUCH

Welches Grundbedürfnis versteckt sich hinter dem Inhalt – was wird gebraucht oder ersehnt?



Anzeichen, dass jemandem bewusst zugehört wird:

- Mehr Farbe im Gesicht
- Mehr Ausdruck von Gefühlen
- Ausatmen, entspannte Atmung
- Eine natürlichere, entspannte Gesprächsgeschwindigkeit

ZUHÖREN UNTER DER LINIE

Unbewusstes Zuhören hat ein Motiv und hält uns davon ab, wirklich zuzuhören

Reparieren

Zuhören und gleichzeitig versuchen, das Problem der anderen Person zu lösen, nur mit Lösungsideen entgegenen.

Diagnose stellen

Die Situation analysieren, Hypothesen anbieten und Fragen stellen, um die eigenen Theorien zu bestätigen oder verwerfen.

Sich verteidigen

Zuhören, um rauszufinden, wie die Person die Situation falsch verstanden hat und die Situation für sie neu interpretieren.

Beruhigen

Zuhören, um rauszufinden, was die Person braucht, um sich zu entspannen und versuchen, sie zu trösten.

Diskutieren

Skeptisch zuhören und provokant antworten.

Korrigieren

Zuhören, um rauszufinden, wo die Person falsch liegt und mit Korrekturen, Verbesserungen und Kritik antworten.