

Fünf Punkte, wie man gut zuhört

Dem anderen Zeit geben. Sei geduldig und gib deinem Gesprächspartner Zeit zum Nachdenken und Reden, bevor er etwas sagt und nachdem er etwas gesagt hat. Hab keine Angst, wenn kurz einmal Schweigen herrscht.

Aufmerksam sein. Hör wirklich zu, um den anderen zu verstehen, und ziehe keine voreiligen Schlüsse. Überleg nicht schon im Voraus, was du entgegenen möchtest.

Klärende Fragen stellen. Stell klärende Fragen, um dein Interesse an dem zu zeigen, was dein Gesprächspartner sagt, und um dich zu vergewissern, dass du ihn nicht missverstanden hast.

Reflektieren. Umschreibe oder wiederhole, was dein Gesprächspartner deiner Meinung nach zum Ausdruck bringen möchte. Dadurch weiß er, ob du ihn verstanden hast, und kann bei Bedarf etwas klarstellen.

Gemeinsamkeiten finden. Stimme deinem Gegenüber so weit wie möglich zu, ohne dich zu verstellen oder zu verbiegen. Das schafft Einigkeit, und Ängste oder eine Abwehrhaltung werden abgebaut. (Nach dem Artikel „Ein guter Zuhörer beachtet fünf Punkte“, *Liahona*, Juni 2018, Seite 6–9)

Dem anderen Zeit geben. Sei geduldig und gib deinem Gesprächspartner Zeit zum Nachdenken und Reden, bevor er etwas sagt und nachdem er etwas gesagt hat. Hab keine Angst, wenn kurz einmal Schweigen herrscht.

Aufmerksam sein. Hör wirklich zu, um den anderen zu verstehen, und ziehe keine voreiligen Schlüsse. Überleg nicht schon im Voraus, was du entgegenen möchtest.

Klärende Fragen stellen. Stell klärende Fragen, um dein Interesse an dem zu zeigen, was dein Gesprächspartner sagt, und um dich zu vergewissern, dass du ihn nicht missverstanden hast.

Reflektieren. Umschreibe oder wiederhole, was dein Gesprächspartner deiner Meinung nach zum Ausdruck bringen möchte. Dadurch weiß er, ob du ihn verstanden hast, und kann bei Bedarf etwas klarstellen.

Gemeinsamkeiten finden. Stimme deinem Gegenüber so weit wie möglich zu, ohne dich zu verstellen oder zu verbiegen. Das schafft Einigkeit, und Ängste oder eine Abwehrhaltung werden abgebaut. (Nach dem Artikel „Ein guter Zuhörer beachtet fünf Punkte“, *Liahona*, Juni 2018, Seite 6–9)

Dem anderen Zeit geben. Sei geduldig und gib deinem Gesprächspartner Zeit zum Nachdenken und Reden, bevor er etwas sagt und nachdem er etwas gesagt hat. Hab keine Angst, wenn kurz einmal Schweigen herrscht.

Aufmerksam sein. Hör wirklich zu, um den anderen zu verstehen, und ziehe keine voreiligen Schlüsse. Überleg nicht schon im Voraus, was du entgegenen möchtest.

Klärende Fragen stellen. Stell klärende Fragen, um dein Interesse an dem zu zeigen, was dein Gesprächspartner sagt, und um dich zu vergewissern, dass du ihn nicht missverstanden hast.

Reflektieren. Umschreibe oder wiederhole, was dein Gesprächspartner deiner Meinung nach zum Ausdruck bringen möchte. Dadurch weiß er, ob du ihn verstanden hast, und kann bei Bedarf etwas klarstellen.

Gemeinsamkeiten finden. Stimme deinem Gegenüber so weit wie möglich zu, ohne dich zu verstellen oder zu verbiegen. Das schafft Einigkeit, und Ängste oder eine Abwehrhaltung werden abgebaut. (Nach dem Artikel „Ein guter Zuhörer beachtet fünf Punkte“, *Liahona*, Juni 2018, Seite 6–9)