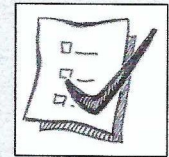


Checkliste: Aufmerksamkeitssignale

- ☐ Nicken
- ☐ Lautliche Hörersignale: ah, hm, mhm, oh ...
- ☐ Wörtliche Hörersignale: ja, ach so, klar, genau ...
- ☐ Blickkontakt (Wechsel zwischen Blick in die Augen und Vorbeischauen am Gesprächspartner)
- ☐ Zugewandte Körperhaltung
- ☐ Nähe (also tendenziell eher vorne auf dem Stuhl sitzen als hinten)
- ☐ Offene Gestik (also tendenziell z.B. eher Hände auf dem Tisch als verschränkte Arme)



Übung Aufmerksamkeitssignale

Führen Sie diese Übung zu zweit durch. Einer berichtet dem anderen ein für ihn wichtiges Erlebnis.

1. Runde:

Der Zuhörer verzichtet auf alle Aufmerksamkeitssignale. Tauschen Sie sich anschließend darüber aus, welchen Effekt das auf das Gespräch hat.

2. Runde:

Der Zuhörer versucht, besondere Aufmerksamkeit zu signalisieren. Listen Sie gemeinsam konkrete Merkmale auf, woran Sie die Aufmerksamkeit erkennen können. Sie werden wahrscheinlich noch mehr Details erkennen, als wir oben in der Liste festgehalten haben. Finden Sie gemeinsam heraus, wo für Sie die Grenze zwischen deutlicher Aufmerksamkeit und unangebracht übertriebener Aufmerksamkeit ist.

Übung für Mutige:

Verwenden Sie in einem Alltagsgespräch mehr Aufmerksamkeitssignale als sonst. Beobachten Sie den Effekt.

Übung für noch Mutigere:

Verzichten Sie in einem Alltagsgespräch bewusst auf alle Aufmerksamkeitssignale. Beobachten Sie den Effekt. (Sie sollten Ihrem Gesprächspartner im Anschluss erklären, dass Sie dies ausprobiert haben.)