

KOMMUNIKATIONSTRAINING / LÖSUNGSORIENTIERTE GESPRÄCHSFÜHRUNG

Wie lange ist es her, dass Du den Eindruck hattest, an einem wirklich guten und anregenden Gespräch beteiligt gewesen zu sein? Weißt Du noch, woran es lag und wie Du selbst dazu beitrugst, dass diese Unterhaltung so gut gelang und Du Dich danach verstanden, wertgeschätzt, energiegeladen oder vielleicht tief berührt fühltest?

Und jetzt rufe Dir das letzte wirklich misslungene Gespräch in Erinnerung. Woran scheitertest Du? Was lief nicht nach Wunsch? Was fehlte? Was trugst Du selbst dazu bei, dass Du Dich danach vielleicht unverstanden, gereizt oder gelangweilt fühltest?

In privaten wie beruflichen Gesprächssituationen passiert es oft genug, dass wir aneinander vorbei reden, mit verbalen Wattebäuschen werfen, schwammig bleiben, unsere Ansagen verschlüsseln, mit Phrasen "killen" und "dreschen" oder Füllwörter verwenden, die unseren Aussagen ein Hintertütchen offen lassen. Wir foltern uns in stundenlangen Besprechungen gegenseitig mit Belanglosigkeiten, versuchen zu manipulieren, fallen uns ins Wort, fühlen uns abgewertet und angegriffen oder wetteifern mit unseren Gesprächspartnern darum, wer den Opferpokal gewinnt: "Worüber beklagst Du Dich? Ich bin doch noch viel schlechter dran als Du!"

Die Kluft zwischen dem Gesagten und dem Verstandenen scheint in solchen Fällen unüberwindbar. Wir "vergegnen" uns eher als zu begegnen. Martin Buber prägte dieses Wortspiel für Gespräche, in denen kein echter, von Vertrauen, Achtsamkeit und Einfühlungsvermögen geprägter Dialog mehr stattfindet, wie etwa in der Geschichte vom älteren Ehepaar vor dem Fernseher, als er sie fragt: "Schatz, hast du etwas gesagt?" und sie antwortet: "Nein, das war gestern!"

ZIELGRUPPE: Alle, die ihre Kommunikationsfähigkeit vertiefen möchten

ZEITAUFWAND: 4 Module zu je 4 Stunden

ORT: In meiner Praxis Schröttergasse 8/3, 8010 Graz

SETTING: Einzeltraining oder Kleingruppe (max. 4 TeilnehmerInnen)

KOSTEN: auf Anfrage