Workshop: Verstehen verbindet – was wir wirklich hören

Gemeinsam zu einer Kommunikation, die wirklich ankommt.

Das Ziel: Echte Verbindung und gegenseitiges Verstehen

In vielen Beziehungen – ob partnerschaftlich, familiär oder im beruflichen Umfeld – erleben wir Momente, in denen wir das Gefühl haben, in zwei völlig verschiedenen Sprachen zu sprechen, obwohl eigentlich dasselbe Ziel verfolgt wird.

Oft liegt das nicht an mangelndem Interesse oder fehlendem guten Willen, sondern daran, dass Botschaften auf unterschiedlichen Ebenen versendet und empfangen werden.

Das Ziel dieses Workshops ist es, diese Barrieren zu lösen. Ich möchte Ihnen zeigen, wie Sie nicht nur die Worte hören, sondern die eigentliche Botschaft dahinter verstehen.

Ob Sie diesen Workshop als Paar besuchen, um Ihre Beziehung zu vertiefen, oder als Einzelperson, um Ihre persönliche Kommunikationskompetenz zu erweitern: Hier lernen Sie, wie Sie wieder eine echte Verbindung zu Ihrem Gegenüber herstellen.

Die theoretische Basis: Das Vier-Ohren-Modell

Um Kommunikation verstehbar und steuerbar zu machen, arbeiten wir mit dem fundierten psychologischen Modell von Friedemann Schulz von Thun. Wir untersuchen gemeinsam, warum eine einzige Nachricht auf vier verschiedenen Ebenen ankommen kann und warum es oft zu Missverständnissen kommt, wenn Sender und Empfänger unterschiedliche „Ohren“ nutzen:

- Die Sachebene: Worüber sprechen wir eigentlich? (Die reine Information)
- Die Selbstoffenbarung: Was sagt der Sender über sich selbst aus?
- Die Beziehungsebene: Wie steht der Sender zum Empfänger und zur Beziehung miteinander?
- Der Appell: Was möchte der Sender konkret vom anderen?

Das praktische Werkzeug: Aktives Zuhören

Theorie ist der erste Schritt – die Anwendung ist der Schlüssel. Im Zentrum des Workshops steht das aktive Zuhören. Sie lernen ganz konkret, wie Sie bewusst das „richtige Ohr“ wählen, um Missverständnisse zu vermeiden. Damit heben Sie Ihre Kommunikation von einer Ebene der Rechtfertigung oder des bloßen Reagierens auf eine Ebene des echten Verstehens und der Verbindung.

Das lernen Sie im Workshop

- Botschaften entschlüsseln: Verstehen, warum Nachrichten oft anders ankommen, als sie gesendet wurden, und wie dies durch gezielte Rückfragen geklärt werden kann.

- Das Vier-Ohren-Modell im Alltag nutzen: Vier Ebenen der Kommunikation kennenlernen und aktiv einsetzen, um die Qualität von Gesprächen und Beziehungen zu steigern

- Echte Verbindungen schaffen: Die Technik des aktiven Zuhörens schafft ein tieferes Verständnis, Empathie und neues Vertrauen.

- Konflikte konstruktiv lösen: Gespräche führen, die verbinden, statt zu trennen, um Spannungen effektiv abzubauen.

Psychologische Beratung
SULE COACHING
by Mario Hippenstiel