

FÖRDERNDE REAKTIONSWEISEN FÜR EIN GESPRÄCH:**Nonverbale Verstärkung**

- Blickkontakt
- Kopfnicken
- mh, ja...
- entspannte und zugewandte Körperhaltung
- angemessenes Sprechtempo

Eingehen auf Inhalte und Gefühle

- kurze Zusammenfassungen
- Gedanken und Gefühle des anderen spiegeln
- nachfragen, ob sich der andere verstanden fühlt
- keine Beurteilungen abgeben, die eigene Meinung zurückstellen
- Lösungsvorschläge nicht zu früh machen

Ermutigen zum Sprechen - Interesse zeigen - "Türöffner"

- Möchtest du mehr darüber erzählen?
- Das klingt so, als berührt es dich stark?
- Was empfindest du dabei?
- Mich interessiert, was in dir vorgegangen ist.
- Da bin ich neugierig!
- Wollen wir hier weitermachen?
- Magst du sagen, was dich jetzt bewegt?

Zeit

- Ruhe zum Nachdenken lassen
- Schweigen aushalten
- Nicht unter Zeitdruck stehen

HEMMENDE REAKTIONSWEISEN FÜR EIN GESPRÄCH

- nicht auf den Gesprächspartner Bezug nehmen
- kein Interesse zeigen, z.B. durch Nachfragen oder Kopfnicken
- anderen Beschäftigungen nachgehen,
z.B. aus dem Fenster schauen, Zeitung lesen, auf die Uhr sehen
- den Blickkontakt beenden
- den anderen oder seine Ausführungen abwerten
- den anderen unterbrechen
- das Thema ohne Erklärung wechseln
- Ratschläge erteilen oder den anderen überreden
- dem Gesprächspartner vermitteln, daß man ihm nicht zutraut,
eigene Lösungen zu finden