

Paraphrasieren

- Paraphrasieren heißt: In geeigneten Abständen den Redefluss der Person unterbrechen und das Gehörte mit eigenen Worten zusammenfassend wiedergeben.
- WANN die Unterbrechungen jeweils erfolgen, richtet sich nach dem Maß dessen, was ich als Zuhörer aufnehmen und wiedergeben kann.
- Zum Schluss nachfragen, ob ich es richtig wiedergegeben habe und ggf. nachbessern bzw. „nachformulieren“.
- Paraphrasieren trägt dazu bei, die Situation besser zu verstehen, die Gesprächsdynamik zu verlangsamen und die eigene Rolle als Streitschlichterin/Gesprächsleiter zu stärken

Pacen

- Ich „tune“ mich auf die emotionale Stimmung meines Gegenübers ein. Ich spiegele diese Stimmung bzw. nehme sie in meine Mimik und Gestik und in mein Sprechen auf.
- Drei „Kanäle“ für Pacing:
 - Wortwahl
 - Sprachtempo/-Lautstärke/-intensität
 - Mimik und Gestik
- Pacen trägt dazu bei, miteinander in Verbindung zu kommen – nicht nur auf rein kognitive, sondern auch auf emotionale Weise.