

## Das AAO-Geschenk

als Wahrnehmung und Kommunikation höherer Ordnung

**A-A-O: Aufmerksamkeit – Augen auf – Ohren auf** (nach Storch/Tschacher 2014, S. 118 ff.)

- **A wie Aufmerksamkeit schenken – auf drei Ebenen:**
  - o der **Situation** Aufmerksamkeit schenken,
  - o den **eigenen Affekten** Aufmerksamkeit schenken und
  - o den **fremden Affekten** Aufmerksamkeit schenken
- **A wie Augen auf:**
  - o direkter Blickkontakt und
  - o peripherer Blick (Umgebung)
  - o im Wechsel; das ermöglicht parallele Kontaktnahme und Dissoziation
- **O wie Ohren auf:**
  - o zwei Ohren genügen,
  - o aber wirklich offen:
  - o **Zuhören als (proaktive) Intervention**, als Bezug nehmen, in Beziehung treten...

**...wir kommunizieren nicht nur mit Worten; wir kommunizieren mit unserem ganzen Körper –  
Empfangen und Senden in permanenter Wechselwirkung...**

Das Ziel ist nicht Harmonie im Sinne von Gleichschaltung oder Anpassung...

...wir können nur uns selber steuern...

Der **Prozess** heisst **Synchronisation** mit dem **Ziel Synchronie\*** – als **AAO-Geschenk**,  
...denn Menschen wollen kooperieren...

\*Synchronie ist in der Entwicklungspsychologie schon länger unter ganz unterschiedlichen Bezeichnungen bekannt: als Imitationsverhalten (Intensität bei Kleinkindern ist ein Indiz für Bindungsstärke), als Mimikry (in unterschiedlichen Formen: verbales, mimisches, emotionales und verhaltensbezogenes Mimikry) oder als Chamäleon-Effekt (Spiegeltechnik z.B. mit Mikro-Gesten wie Gähnen).

Literaturhinweis:

Storch, Maja / Tschacher, Wolfgang (2014): Embodied Communication. Kommunikation beginnt im Körper, nicht im Kopf. Bern: Huber.

(TM 2018)