



VAKOG ist der „Zauberschlüssel“

VISUELL – SEHEN
AUDITIV – HÖREN
KINÄSTHETISCH – FÜHLEN
OLFAKTORISCH – RIECHEN
GUSTATORISCH – SCHMECKEN

Wie wichtig unsere 5 Sinne in der Liebe, egal, ob die Liebe zum Partner, die Liebe zu unseren Kindern, die Liebe zu unseren Eltern und wen wir sonst noch so lieben. Es geht immer darum: **dieselbe Sprache zu sprechen, um verstanden zu werden.**

Ein Gedankenexperiment: Sie entscheiden sich einmal Urlaub in einem fremden Land, weit weg von Ihrem zu Hause zu machen. Sie freuen sich bereits auf die andere Kultur, die Menschen, die Umgebung und ... , es macht Ihnen auch nichts aus, dass die Einheimischen keine Ihnen geläufige Sprache, weder Deutsch noch Englisch sprechen. Sie genießen einfach nur die Natur, die wunderschönen Sonnenauf- und -untergänge, können sich nicht satt sehen an den faszinierenden Eindrücken, die dieses Land bietet. Das Rauschen des Meeres, der sensationelle Gesang der Vögel, das wohlige Gefühl in Ihren vielen verschiedenen Unterküften, die warmen Sonnenstrahlen auf Ihrer Haut. In den ersten 10 Tagen haben Sie auch noch Freude daran Ihre Getränke und Ihre Mahlzeiten mit „Händen und Füßen“ zu bestellen. Wie gesagt, Sie können sich nicht mit den Ihnen vertrauten Sprachen verständigen. Doch langsam überkommt Sie der Wunsch doch wieder einmal ein Gespräch zu führen, gleich ohne viel Gesten verstanden zu werden. Sie spazieren in Ihrem fremden Urlaubsdomicil und verspüren die Lust auf einen Espresso und suchen sich ein entzückendes kleines Café. Sie bestellen mit der gewohnten Geste - linke Hand symbolisiert die Untertasse, die Rechte stellt den Schluck aus einer Tasse nach - unterstützt mit dem gemurmelten Wort „Kaffee!“ Die Frau hinter dem Tresen lächelt Sie freundlich an und sagt „Sie können gerne mit mir sprechen ich kann sehr gut deutsch.“ Welches Gefühl hätten Sie in diesem Moment? Sie haben 10 Tage kein Wort verstanden. Sie konnten 10 Tage mit niemandem reden. In Ihrem Gesicht macht sich ein breites Grinsen breit, Sie freuen sich wie ein kleines Kind: „endlich jemand, der mich versteht – „einen Espresso bitte“. Was würden Sie nun tun? Zwei Wochen NICHT REDEN aufholen. Für uns Menschen ist es einfach essentiell und wichtig dass wir uns mitteilen können, und dass wir verstanden werden.

Was heißt das nun? Folgendes Klischee: Die Frau sagt zu Ihrem Mann: „ Du liebste mich nicht!!!“ Der Mann: „Selbstverständlich liebe ich Dich. Ich bringe Dir doch immer Blumen mit! Und sieh dir unser Haus an!“. Darauf seine Frau: „Ja, schon. Aber Du sagst es mir nie.“ WAS PASSIERT: beide sind frustriert und fühlen sich NICHT verstanden. Der Zauberschlüssel: Die Frau befindet sich im AUDITIVEN Modus und das bedeutet, dass Sie möchte, dass Ihr Mann ihr sagt, dass er sie liebt und dass er mehr über ihre Liebe redet. Er hingegen ist im VISUELLEN Modus und das heißt, wenn er ihr Blumen bringt, sie ausführt (sehen und gesehen werden) sie in einem schönes Haus oder Wohnung

wohnen, ist das ein Zeichen seiner Liebe. Noch ein Beispiel: Er umarmt beim nach Hause kommen seine Frau liebevoll. Sie empfindet das als grabschen. Sie entrüstet: „Kaum kommst Du heim, willst Du schon an mir rum machen. Du willst immer nur das eine.“ Er: „ich liebe Dich doch“. Sie: „Dann könntest Du mir ruhig einmal eine Kleinigkeit mitbringen“. Der Zauberschlüssel: Er ist im KINÄSTHETISCHEN Modus und das bedeutet, Berührung ist für ihn ein wichtiger Liebesbeweis. Sie ist jedoch im VISUELLEN Modus, sie braucht als Liebesbeweis etwas das sie sehen kann.

Noch ein Beispiel aus dem Alltag. Das Kind beim Lernen: „Ich begreife das nicht!“ Ein Elternteil, Mama oder Papa: „Dann schau es Dir noch einmal an“ oder „schau her, ich zeig's Dir nochmal“ Der Zauberschlüssel: Das Kind ist im KINÄSTHETISCHEN Modus der Elternteil im VISUELLEN Modus. Was passiert: Der Youngster fühlt sich nicht verstanden. Besser ist , es dem Kind „begrifflich“ zu machen. Es sollte das was es nicht versteht angreifen, berühren können. Wir Menschen wollen immer in dem Modus kommunizieren in dem wir uns gerade befinden und das bedeutet, wir wollen wenn wir gerade auditiv unterwegs sind auch auditive Antworten haben, denn dann fühlen wir uns sicher und verstanden.

In meinen Paar-Coachings erlebe ich andauernd diese Situationen. Mit VAKOG können Pärchen nach dem Coaching schon einmal an der essentiellen Basis Ihres Zusammenseins basteln.

Der Erfolg in der zwischenmenschlichen Kommunikation kann folgend dargestellt werden:

Das gesprochene Wort hat – was man sagt - den kleinsten Anteil am Erfolg: 7 %

Die Modalität – wie man etwas sagt – liegt schon bei 39 %

Die Physiologie – die Körpersprache – ist bei 54 %

Ein kleines Beispiel gefällig? Es gibt 3 Wörter, die ein jeder Mensch gerne hört. Vielleicht sind es auch die drei wichtigsten Wörter in einer Beziehung. „ICH LIEBE DICH“

Ein Mann sagt voller Inbrunst, mit all seiner Romantik, diese wichtigen Wörter, einem anderen Mann – Kein Echo, nichts kommt retour - O.k., sagen wir, falsches Geschlecht. Dann lassen wir ihn halt diese drei Wörter einer x-beliebigen Frau sagen – wieder kein Echo, wieder kommt nichts retour – Ach so meinen Sie, die falsche Frau. Zu seiner eigenen Frau sollte er es sagen. Versuchen wir es. Er

wendet sich zu seiner Frau, sieht sie an, macht eine „ist mir egal“ Handbewegung und sagt mit der gelangweiltesten Stimme „Ja, ja, ich liebe dich“ Was, wieder verkehrt? Das waren doch jedes Mal die drei wichtigsten Wörter in einer Beziehung, und immer verkehrt? Der Inhalt hat eben nur 7%. Und ohne Modalität und Physiologie verfehlt er die Wirkung.

Worüber denken wir die meiste Zeit nach? Was sage ich! hoffentlich sage ich nichts verkehrtes! Am meisten wird an den 7 % gearbeitet.

Apropos an einer Beziehung arbeiten.

Wie viele Menschen kennen Sie, die gerne an etwas arbeiten, das ihnen keinen Spaß macht? Wann beginnen denn die meisten Paare, an ihrer Beziehung zu arbeiten? RICHTIG, kurz bevor sie versemelt ist. Und das macht wirklich keinen Spaß.

Stellen Sie sich in einer Grafik einmal eine 0 Linie vor. Das ist die Art der Beziehung, in der man sich arrangiert hat. Keiner tut dem anderen etwas. Man lebt nebeneinander. Eine glückliche Beziehung ist oberhalb der 0 Linie, im PLUS Bereich, angesetzt. Versemeln bedeutet also, dass die Beziehung in den MINUS Bereich abgeleitet ist. Erst da beginnen die meisten Paare, an ihrer Beziehung zu arbeiten. Mit viel Kraft und Intensität schaffen es die Beiden, ihre Beziehung nach oben zu schrauben. Bis sie die 0 Linie erreicht haben. – Tolles Ergebnis!

Was würde passieren, wenn dasselbe Paar schon bei der 0 Linie anfängt, mit der selben Kraft, der selben Intensität an Ihrer Beziehung zu arbeiten. Jedes noch so kleine erzielte Ergebnis führt sie schon in den PLUS Bereich. Und es ist ja schon hinlänglich bekannt: wenn man das, was man tut, mit Freude tut, dann arbeitet man ja nicht.

Wir haben nun gehört, dass was man sagt, wichtig ist und dass es wichtiger ist, wie man es sagt.

Kommen wir nun zu den 59 % - der Physiologie.

Für dieses Experiment gehen Sie in ein Kaffeehaus. Sie beobachten verschiedene Pärchen beim Kaffeetratsch. Zwei von diesen Pärchen werden auserwählt und einer genaueren Beobachtung unterzogen:

Links von Ihnen unterhält sich ein Pärchen blendend und amüsiert sich prächtig beim gemeinsamen Kaffee. Greift er zum Glas – sie greift nach ihrem. Wie zufällig greifen beide zum Zucker. Streicht sie sich durch

die Haare, wird er diese Bewegung auch bald nachmachen. Es ist so, als ob diese beiden einen harmonischen Tanz aufführen.

Auf der rechten Seite, etwas weiter hinten, genießt offensichtlich auch ein Pärchen, doch jeder für sich seine Einsamkeit. Er trinkt Kaffee, sie liest die Zeitung. Er isst, sie beobachtet die Leute rundherum. Es werden weder Worte noch Blicke ausgetauscht.

Was zeichnet diese beiden Paare aus? Wo liegen die Besonderheiten?

Das erste Pärchen: beide trinken Kaffee, beide sind sich zugewandt, sie machen ähnliche Bewegungen, nehmen die Haltung des Partners an, schauen in die gleiche Richtung, kurz gesagt: sie gleichen sich an.

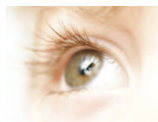
Man sagt auch: Wenn zwei Menschen lebenslange liebevolle Partnerschaft pflegen, werden sie sich immer ähnlicher!

Das andere Pärchen: Jeder trinkt unabhängig vom anderen, sie wenden sich beinahe voneinander ab, es gibt keine Spiegelung, keine Ähnlichkeiten. Sie haben sich nichts mehr zu sagen. Diese Beziehung nennt man auch gerne ALIBI-Beziehung.

Sie haben bestimmt schon bemerkt, dass Sie sich mit Menschen „auf Anhieb gut verstehen“. Mit denen sind Sie „automatisch“ auf der richtigen Wellenlänge, Sie sprechen im gleichen Modus und Sie passen sich den Bewegungen ihres Gegenübers an. Sie können das in Ihrem Umfeld testen, indem Sie genau **HINSCHAUEN**, **HINHÖREN** und **HINFÜHLEN**. Auch können Sie sich gerne einmal die Zeit nehmen und mit jemandem, der Ihnen nicht so sympathisch ist, ein Gespräch beginnen. Wenn Sie dann aufmerksam sind und den „Zauberschlüssel“ Modus, in dem sich Ihr Gegenüber befindet, auch verwenden, kann es sein, dass diese nicht so sympathische Person auf einmal urplötzlich ganz O.k. ist. Und noch viel wichtiger, praktizieren Sie das auch bei den Menschen, die Ihnen wichtig sind, die Sie lieben. Sie werden eine ganz neue Beziehung mit spannenden Inhalten aufbauen.

Ich wünsche Ihnen viel Freude und Erfolg bei Ihren zukünftigen Gesprächen unter Einsatz des Zauberschlüssels.

Hier noch ein paar Redewendungen, die auf die Repräsentationssysteme hinweisen:



VISUELL:

Das sieht gut aus ▪ Es scheint mir ▪ meiner Ansicht nach ▪ Das sieht aus wie ▪ Ich möchte mir einen Überblick machen ▪ einen kurzen Blick drauf werfen



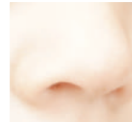
AUDITIV:

Das klingt gut ▪ sich Gehör verschaffen ▪ Das weckt Erinnerungen ▪ Das ist ja unerhört ▪ sprich deutlicher ▪ ohne Hintergedanken ▪ Wort für Wort ▪ jedes Wort auf die Waagschale legen



KINÄSTHETISCH:

Die Karten auf den Tisch legen ▪ unter der Hand ... ▪ alles auf den Kopf stellen ▪ Ich kann dir nicht folgen ▪ auf dem Teppich bleiben ▪ Hand in Hand ▪ das begreif ich nicht ▪ in den Griff kriegen ▪ Ich fühle mich wohl bei dir



OLFAKTORISCH:

Ich kann dich (nicht) riechen ▪ der Nase nach ▪ sich beschnüffeln



GUSTATORISCH:

Das trifft ganz meinen Geschmack ▪ Das geht runter wie Öl ▪ Das Wasser im Munde zusammenlaufen lassen



Barbara Schusta

Kinesiologin,
Brain Gym®
Instructor,
R.E.S.E.T. 1 & 2
Instructor

Oberfeldstraße 42, 5082 Grödig
Tel.: 0664 88 432 891
Mail: b.schusta@brainlp.at
www.brainlp.at

BrainLP®

Akademie für Kinesiologie & Kommunikation

praxisgerecht – effektiv - individuell

Infoabend: 15. März 2016 18:00 Uhr
Hotel Untersberg Grödig / Salzburg

Informationen & Anmeldung:

Barbara Schusta

0664/88432891

b.schusta@brainlp.at

www.brainlp.at