

## Nächste Kurse von Béatrice Heller

### Zuhören, um das Beste im Anderen hervorzubringen

Vertiefungskurse und Achtsamkeitstage

Unabhängiges, freies Denken ist eine Kraftquelle im menschlichen Wesen und kann verblüffen. Es entfaltet sich von Augenblick zu Augenblick, wenn es auf eine spezielle Art eingeladen wird. Eines der wertvollsten Versprechen, das wir unserem Gegenüber deshalb schenken können, ist deshalb dasjenige, es nicht zu unterbrechen während dem Sprechen.

Im Alltag aber erleben wir alle, wie herausfordernd es ist, andere zu ermutigen, für sich selbst zu denken. Es fällt uns vielleicht auf, wie wir andere Menschen unterbrechen, Sätze für sie zu Ende bringen, als ob die Person ihre eigenen Ideen nicht selbst zu Ende denken könnte. Vielleicht aber sind wir innerlich manchmal gelangweilt oder unruhig, während wir der sprechenden Person zuhören und bemerken, dass wir zwar körperlich präsent sind, doch geistig absolut bewertend oder abwesend. Und dies, obwohl wir uns selbst zutiefst wünschen, gehört, gesehen und wertgeschätzt zu werden.

Das Zuhören, das ein frisches, relevantes und mutiges Denken beim Anderen hervorbringen kann, erfordert eine spezielle Art von Präsenz. Einige der Komponenten kennen wir als Achtsamkeitspraktizierende: die gelassene, wertschätzende Aufmerksamkeit. Sie zusammen mit anderen Aspekten wie z.B. Gleichheit, Diversität und Ermutigung im Gespräch einzuladen, ist immer wieder eine Herausforderung.

Mehr Infos findest du unter [www.betriceheller.ch](http://www.betriceheller.ch).

**Beginn:** 27.04.2026    **Ende:** 18.05.2026

**Uhrzeit:** 18.30 Uhr

#### Adresse

Zoom

### Wenn du zuhörst, kann ich anders denken

Vertiefungskurse und Achtsamkeitstage

17. - 20. September 2026

3-tägiges Seminar in Zürich

Ein Raum für achtsames Sprechen, freies Denken und echte Verbindung

Wie oft wirst du wirklich gehört – ohne unterbrochen zu werden? Wie oft kannst du zu Ende denken, was sich in dir bewegt?

Dieses 3-tägige Seminar lädt dich ein, das Gespräch als lebendigen Ort der Präsenz, des Denkens und der Beziehung neu zu erleben. Du entdeckst, wie echtes Zuhören die Qualität deines Denkens und deiner Begegnungen verändert – ob privat, beruflich oder in dir selbst.

Basierend auf dem Thinking Environment nach Nancy Kline und genährt durch meine langjährige Erfahrung in achtsamer Kommunikation, verbindet dieser Kurs Zuhörkunst mit innerer Präsenz und Resonanz.

Mehr Infos erhältst du hier: [www.beatriceheller.ch](http://www.beatriceheller.ch)

**Beginn:** 17.09.2026    **Ende:** 19.09.2026  
**Uhrzeit:** 09.00 - 17.00 Uhr

**Adresse**

Debattierhaus 'Karl der Grosse'

Kirchgasse 14

8001 Zürich