



# Listening Hour ONLINEKURS

**SIE LERNEN** den Prozess einer Zuhörstunde kennen und leiten. Es geht ums Teilen persönlicher Geschichten. Gelebte Erfahrungen verleihen Einzelpersonen und Gruppen Sinn und ermöglichen ein Beteiligtsein.

Der ethische Imperativ der Zuhörstunden: Geschichten enthüllen die Identität von Gruppen und Einzelpersonen und können für weiterführende Analysen verwendet werden. Letztendlich muss der Listening-Hour-Prozess zum ausschliesslichen Nutzen der Teilnehmer\*innen sein.

Rückmeldungen einiger Teilnehmer\*innen zum Abschluss einer Zuhörstunde:

- *Ich spüre die Verbindung und erinnere schöne Momente.*
- *Ich bin so ruhig geworden.*
- *Erheiternd. Es hinterlässt eine Leichtigkeit.*
- *Ich bin durch ein Bilderbuch gegangen.*
- *So spannend. Überraschend. Es hat geklappt, aus dem Moment heraus zu erzählen.*



## KOMPETENZEN

Die Leitung einer Zuhörstunde ist befähigt, wenig zu kommentieren, dafür die Schlüsselrolle einzunehmen, zum Erzählen einzuladen, die Zuhörstunde zu strukturieren und eine stimmige Atmosphäre zu schaffen. Zudem bietet sie eine integrative Reprise unter Verwendung von Geschichtensprache an und sorgt für einen guten Abschluss.

## DAS KONZEPT

Ein Programm besteht aus einem oder mehreren Meetings, in denen eine kleine Gruppe unter Leitung eines Guides persönliche Geschichten austauscht. Die Gruppe kann sich aus Mitgliedern einer Organisation oder Personen aus unterschiedlichen Kontexten zusammensetzen.

## ERGEBNISSE

Die Teilnehmer\*innen erfahren Verbundenheit und Bedeutung durch den Austausch von Geschichten. Das Erlebnis der Zuhörstunde hilft dabei, die persönliche Widerstandsfähigkeit zu stärken und hilft Spannungszustände zu erleichtern.

## GUIDE

Das Wort „Guide“ wurde von Jonathan Fox gewählt. Es bezeichnet die Person, die den Weg weist und Wissen besitzt, um Menschen sicher auf eine Reise in ein neues Gebiet und wieder zurück zu führen. Die Guide-Person ist Vermittler\*in, kein(e) Therapeut\*in.

**KOSTEN** Fr. 600.-

## DATEN

Start 1. Januar 2021

6. Januar 2021, 19 Uhr: 1. Zoom-Meeting  
Dazwischen eigene Durchführung:  
1. Zuhörstunde mit geneigten Menschen
22. Januar 2021, 19 Uhr: 2. Zoom-Meeting  
Dazwischen eigene Durchführung:  
2. und eventuell 3. Zuhörstunde mit geneigten Menschen
29. Januar 2021, 19 Uhr: 3. Zoom-Meeting  
Abschluss mit Special Guest

Josefine Krumm ist Autorisierte Listening Hour Trainerin (2020); Akkreditierte Playback Theater Trainerin (CPT), Kunsttherapeutin (ED) Fachrichtung Drama und Sprache, Lehrerin HF Gesundheit und Soziales, MAS Gesundheitsförderung und Prävention, Vorstandsmitglied Suizid-Netz Aargau, Die TANTEN und nichten-und-neffen.ch

**Josefine Krumm**