

Selbst-Test: Welcher Wahrnehmungs-Typ bin ich?

Jeder Mensch hat einen anderen bevorzugten Wahrnehmungskanal. Wir unterscheiden

- ✓ den visuellen Typen (der hauptsächlich mit den Augen wahrnimmt)
- ✓ den auditiven Typen (der vorwiegend mit den Ohren wahrnimmt)
- ✓ den kinästhetischen Typen (der vorwiegend fühlt, riecht oder schmeckt)

Je nach ihrem bevorzugten Wahrnehmungskanal brauchen Menschen Botschaften in „ihrer“ Sprache“ um sie zu verstehen. Oftmals kommt es deshalb bei Paaren zu Missstimmung, weil beispielsweise die Frau denkt, ihr Mann liebe sie nicht mehr. Sie sagt es ihm, und er antwortet: „Aber natürlich liebe ich Dich, das sage ich Dir doch häufig (auditiver Typ).“ Sie entgegnet: „Nein, Du liebst mich nicht, weil Du mich nicht mehr in den Arm nimmst (kinästhetisch) und mit keine Blumen mehr bringst (visuell)“.

Wenn Sie diesen Unterschied in der Wahrnehmung erkannt haben, dann können Sie besser miteinander kommunizieren, bessere Texte oder Anzeigen schreiben und sich auch besser loben. Ein visueller Typ möchte ein Lob „sehen“ (Punkte-System, Geschenk), ein auditiver es hören („Toll gemacht“) und ein kinästhetischer möchte es fühlen (umarmen), riechen (Blumen) oder schmecken (Sekt).

Finden Sie heraus, welcher Wahrnehmungs-Typ Sie sind und bieten Sie dann auch den jeweils anderen Typen Botschaften in deren „Sprache“.

Lassen Sie sich dazu die unten folgenden Begriffe vorlesen und kreuzen Sie dann an, welche Reaktion Sie jeweils bei den Begriffen haben.

Sehen Sie etwas? Hören Sie etwas? Spüren, riechen oder schmecken Sie etwas?

Es gibt kein „richtig“ oder „falsch“, es gibt nur Ihre Wahrnehmung. Wenn sie mehr als eine Wahrnehmung haben, dann markieren Sie die stärkste und die zweitstärkste.

1. Kerze	10. Neujahr
2. Sonnenuntergang	11. Cellophanpapier
3. Pferd	12. Telefon
4. Strand	13. Autobahn
5. Lederhose	14. Beethoven
6. Buch	15. Tauben
7. Schule	16. Rose
8. Zimtplätzchen	17. Holzhacken
9. Theater	18. Sonntag

Meine Wahrnehmung:

	Visuell  Ich sehe	Auditiv  Ich höre	Gustatorisch  Ich schmecke	Kinesthetisch  Ich spüre	Olfaktorisch  Ich rieche
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					
11					
12					
13					
14					
15					
16					
17					
18					
Summe					
2. Summe					

Addieren Sie nun die Anzahl der Kreuze je Spalte.

Je nachdem wo Sie die meisten Kreuze haben, liegt Ihr bevorzugter Wahrnehmungskanal.

Natürlich nutzen Sie die anderen auch, aber vielleicht nicht so stark und nicht so gerne.

Achten Sie künftig in Gesprächen und Aktionen darauf, dass Sie Ihre Mitmenschen in deren Wahrnehmungskanal ansprechen.

Dann fühlen sich die Menschen im wahrsten Sinne des Wortes auch angesprochen.