

Seminar-Nr. 05045

Erfolgsschlüssel Empathie

Mehr Erfolg und bessere Beziehungen durch ein besseres Verstehen des Gegenübers

Termin

04.09.2024 - 05.09.2024 , 14 Stunden

04.09.2024 von 09:30 bis 17:00 Uhr,

05.09.2024 von 08:30 bis 17:00 Uhr

Zielgruppe

Mitarbeitende, die durch das richtige Verstehen des Gegenübers erfolgreicher handeln möchten, um zu mehr Zufriedenheit, besseren Ergebnissen und konstruktiveren Beziehungen zu kommen.

Inhalte

1. Empathie – Was bedeutet das eigentlich?
2. Die Bedeutung der Empathie in der Kommunikation
3. Kann man Empathie lernen?
4. Das kleine Empathie-Einmaleins
5. Wie tickt mein Gegenüber? Verschiedene Persönlichkeitstypen und deren Eigenarten
6. Besser verstehen und verstanden werden
7. Die wichtige Körpersprache
8. Empathisch zuhören – "zwischen den Zeilen" wird oft mehr gesagt als mit klaren Worten
9. Auf mich selbst achten – Selbstempathie entwickeln
10. Empathie ausdrücken
11. Wie kann man auch beim Gegenüber Empathie wecken?

Ziele und Methoden

Das Gefühl, verstanden zu werden – oder zumindest, dass der andere versucht, mich zu verstehen – hat auf Menschen eine erstaunliche Wirkung. Gerade in schwierigen Situationen wie in Konflikten und Stresssituationen wirkt Empathie entlastend und deeskalierend. Leider kommen solche belastenden Situationen – sei es mit Kundinnen und Kunden, Kolleginnen und Kollegen oder im Privatleben – immer häufiger vor. Empathie kann dabei ein wichtiger Schlüssel sein, diese Situationen aufzulösen. Doch kann man Empathie lernen? Ist es überhaupt möglich, immer empathisch zu sein – was ist mit den eigenen Gefühlen? Gibt es Empathie-Werkzeuge?

In diesem Seminar erfahren Sie, wie Sie leichter Menschen einschätzen können, erleben hilfreiche Kommunikationswerkzeuge und Strategien, empathisch zu sein, ohne sich selbst zu vergessen.

Neben Erfahrungsaustausch, Reflexion, Minivorträgen zur Vertiefung und Erweiterung wird das Seminar durch viele Gruppenarbeiten, praktische Übungen, Impulsübungen und lebhaft Diskussionen abwechslungsreich und praxisnah.

Referent/-in
Christina Gutzeit, Kommunikationstrainerin

Ort
Veranstaltungs Zentrum Kiel
Kiel