

1. Heidelberger Empathie-Forum am 27.10.2018

„Ein voller Erfolg für die Empathie und für ein harmonisches Miteinander im beruflichen und privaten Bereich“



v.l.n.r.: Ina Rodewald, Jürgen Licht, Ingrid Leuck, Renate Volz Dos Santos

„Empathie kann man trainieren und dabei Spaß haben!“

Das haben die über 50 Teilnehmer an diesem Forum, einem Marktplatz für Begegnungen für sich und Ihre Mitmenschen daheim und im Beruf mitgenommen.

Bin ich mir über mein Handeln und mir selbst bewusst, und was macht das mit meinem Gegenüber oder KollegInnen? Beobachte ich Dinge erst ein mal ohne Wertung oder liegen darin schon wertende Gedanken und Urteile?

Oft ist es der Alltag und die Gewohnheit, die uns in

immer wieder gleiche Muster zurück fallen lassen, ohne dabei ausreichend auf mein Gegenüber zu achten.

In den prall gefüllten und kurzweiligen neun Stunden Vermittelten „die vier Empat(h)iere“ Jürgen Licht, Ingrid Leuz, Renate Volz Dos-Santos und Ina Rodewald praxisorientiert und verständlich, wie es funktionieren kann, gut für die Erfüllung eigener Bedürfnisse zu sorgen und gleichzeitig empathisch zu kommunizieren.

In vier Gruppen lernten die TeilnehmerInnen in Workshops die 4 Grundbausteine kennen. (1) Wertfreie Beobachtung, (2) eigene Gefühle richtig deuten, (3) sich über eigene Bedürfnisse klar zu werden und (4) diese auch auszudrücken und in einer Bitte mitzuteilen.



Nach jedem Workshop gab es kleine Networking Pausen um sich zu stärken und das Gelernte mit den anderen Teilnehmern zu teilen.

Abschließend wurden die vermittelten Inhalte in einem interaktiven Rollenspiel zusammen geführt, und dargelegt, wie Kommunikation auch anders gehen kann. Auch Teilnehmer konnten versuchen, die neuen Schritte zu gehen.

Sichtlich beeindruckt und mit einer gesunden Portion Tatendrang, die gelernten Methoden im Business und privat umzusetzen, ging die über den Tag zusammengewachsene Gruppe mit Applaus auseinander. „Das war ein prägendes Erlebnis und bringt mich beruflich und privat weiter.“

Nächste geplanten Seminare und weitere Informationen, finden sie auf:

Facebook: [EmpathieTraining Ina Rodewald](#)

www.empathietraining.net

