

Empathie – Schlüssel zum gelingenden Gespräch Vertiefung Gewaltfreie Kommunikation

Bildungsurlaub / Bildungszeit

„Der Mensch hat zwei Ohren und eine Zunge, damit er doppelt so viel hören kann, wie er spricht.“, sagte der antike Philosoph Epiktet. Auch wenn wir nicht wissen können, wie er es gemeint hat: Zuhören ist für ein gelingendes Gespräch mindestens so wichtig wie Sprechen. Empathisch zuzuhören bedeutet darüber hinaus, nicht nur die Worte, sondern das Wesentliche hören zu wollen, was der andere sagen will. Der Zuhörende hört weit mehr als sachliche Informationen; er taucht „besuchsweise“ in die Gedanken- und Gefühlswelt des anderen mit ein, betrachtet die Welt aus dessen Perspektive, versucht zu erfassen, welches Anliegen sein Gegenüber hat, was seine Wertvorstellungen sind, was ihm Probleme bereitet und was ihn zum Handeln motiviert. Sogar in Kritikgesprächen und bei vorwurfsvollen Forderungen nimmt das „empathische Ohr“ die Gefühle und Bedürfnisse des anderen wahr.

Dies ist nicht zu verwechseln mit einer Übereinstimmung oder mit einem Eingehen auf die Wünsche des anderen. Ansichten oder Absichten können weiterhin unterschiedlich und sogar konträr sein. Jedoch trägt Empathie dazu bei, dass beide „Welten“ respektvoll und wertschätzend miteinander umgehen. Das gilt auf der Ebene des kollegialen Miteinanders ebenso wie zwischen Führungskräften und Mitarbeitenden und in Wirtschaft und Verwaltung ebenso wie im Kontext von Beratung, Service, Pflege, Erziehung oder Seelsorge.

Empathie ist eine natürliche Fähigkeit, mit der alle Menschen auf die Welt kommen. Im Prozess der Sozialisation wird sie jedoch selten bewusst geschult und verkümmert deshalb teilweise. Thema dieses Bildungsurlaubs ist, Empathie als Haltung bewusst einzunehmen und als wertvolle soziale Kunst auszuüben. Das Modell der Gewaltfreien Kommunikation wird mit dem Fokus auf das Zuhören intensiv erprobt und erfahren.

Voraussetzungen

Ihre Offenheit, sich intensiv mit der Gewaltfreien Kommunikation auseinanderzusetzen.

Seminar Nr.:	880226
Termin:	10.08. – 14.08.2026 Montag, 13:00 Uhr – Freitag, 13:30 Uhr
Ort:	Einbeck
Preise:	785,- € (inkl. Ü/VP) EZ-Zuschlag: 40,00,- € insgesamt 985,- € für Einrichtungen/Firmen
Dozentin:	Ariane Brena
Coach in eigener Praxis und Autorin, Diplompädagogin, Mediatorin, Prozessbegleiterin für Konflikt und Kooperation Institut Charles Rojzman©. In der Erwachsenenbildung tätig seit 1998. Im Fokus meiner Seminare stehen die Teilnehmenden mit ihren aktuellen Anliegen. Mit Gewaltfreier Kommunikation, Aufstellungen und Arbeit mit inneren Anteilen unterstütze ich Sie dabei, Antworten in sich selbst zu finden, ihr Potenzial zu entfalten und Konflikte lebensdienlich zu transformieren.	
Teilnehmer*innenzahl:	10 - 16
Leistungen: Durchführung des Seminars, Übernachtung, Vollpension, seminarbegleitende Unterlagen	



Die Dozentin Ariane Brena

Seminarziele / Ihr Nutzen

Die TeilnehmerInnen lernen für ihren beruflichen Alltag Möglichkeiten kennen, Qualität und Effizienz von Gesprächen zu verbessern, indem sie den flexiblen Einsatz von Gesprächsführungs-Instrumenten, empathischem Zuhören und fokussierter Aufmerksamkeit trainieren.

Seminarinhalte

Empathie: Eine natürliche Fähigkeit – Empathische Präsenz im beruflichen, sozialen und familiären Umfeld: Abgrenzung des empathischen Zuhörens vom Dialog

Anlässe für empathisches Zuhören im beruflichen Alltag / Differenzierung der Anlässe je nach Auftrag der zuhörenden Person:

- Lösungs-Auftrag (z.B. im Service)
- Beratungs-Auftrag (z.B. im Rechtswesen)
- therapeutischer Auftrag
- seelsorglicher Auftrag
- sonstiger Auftrag

Voraussetzungen für empathische Präsenz: Bereit sein – Haltung des/r Zuhörenden – Von Herzen zuhören und von Herzen unterbrechen – Rahmen und Setting – Klarheit über Absicht und Auftrag – Unterschied zwischen Präsenz und Aktion

Fokus beim Zuhören: Fokus auf den Inhalt; Fokus auf die Bedeutung für die sprechende Person: Gefühle / Bedürfnisse; Fokus auf Lösungen: Bitte / Antwort / Lösungsvorschlag

Werkzeuge beim Zuhören: Schweigende Präsenz – Paraphrasieren – Empathisches Erfragen von Gefühlen und Bedürfnissen – Übersetzen von Ärger, Sarkasmus, Über- und Untertreibungen in Bedürfnisse –

15-Minuten-Empathie mit den fünf Fragen nach ELSE
Stellvertreter-Empathie

Arbeitsweisen

- Kurze Referate sowie Demonstrationen der Dozentin
- Einzel-, Partner- und Gruppen-Übungen
- Plenum zum Austausch von Erfahrungen



Zu diesem Seminar bringen Sie bitte folgendes mit:

- bequeme Kleidung für Übungen drinnen
- Hausschuhe oder warme Socken
- Schreibutensilien

Organisatorisches

Übernachtung: Sie übernachten in einer herrlichen Hotelanlage in idyllischer Alleinlage auf einem Südhanggrundstück, wohltuend abgeschieden und doch schnell erreichbar. Die liebevoll ausgestatteten 28 Hotel-Appartements bieten Komfort mit Wohlfühl-Garantie und einzigartigem Panorama-Blick.

Die Apartments befinden sich jeweils zu zwei Einheiten in 14 Bungalows. Die Bungalows verfügen über eigene Dusche/WC. Da die Bungalows auf dem hängigen Gelände verteilt sind, kann es sein, dass Sie einige Meter bis zum Haupthaus bergauf gehen müssen.

Dem Küchenteam liegt es am Herzen, seine Gäste gut zu versorgen. Über die Jahre hat sich eine vielgelobte, vegetarische Spezialisierung herausgebildet. Es wird ein vegetarisches Mittagsgeschicht und morgens und abends Fleischaufschnitt serviert. Da das Abendessen vom Küchenteam mittags vorbereitet und es entsprechend gekühlt wird, bedienen sich die Gäste abends selbst und nutzen die vorhandene Aufwärmöglichkeit. Viel Wert wird auf die Verarbeitung von vorwiegend biologischen bzw. regionalen Zutaten gelegt.

Anreise: Das **Hotel Einbecker Sonnenberg** ist mit dem Auto (ca. eine Stunde südlich von Hannover und eine Stunde nördlich von Kassel) und mit der Bahn (der Bahnhof Kreiens liegt ca. 10 km, vom Haus entfernt) erreichbar. Bitte nutzen Sie unseren **Fahrgemeinschaft-Service**.

Weitere Informationen über Anfahrtsbeschreibung, Fahrgemeinschaftslisten etc. erhalten Sie rechtzeitig vor Seminarbeginn. Wir empfehlen den Abschluss einer Reise-Rücktrittsversicherung. Eine Haftpflichtversicherung schützt Sie und uns gegen Schäden an Dritte.

Bildungsurlaub/Bildungszeit

Das Seminar dient der beruflichen Weiterbildung und gilt in verschiedenen Bundesländern **als Bildungsurlaub/Bildungszeit anerkannt bzw. anerkennungsfähig**. Bitte beachten Sie dazu unsere **„Mitteilung für den Arbeitgeber“**. Zur **Beantragung** des Seminars als Bildungsurlaub/Bildungszeit bei Ihrem **Arbeitgeber** reichen Sie die „Mitteilung für den Arbeitgeber“ ein. Bei Problemen bei der Beantragung des Seminars als Bildungsurlaub/Bildungszeit wenden Sie sich bitte an uns.

Für die Inanspruchnahme von Bildungsurlaub bzw. Bildungszeit gelten ggf. bundeslandspezifisch zusätzliche Einschränkungen. Diese finden Sie in der Arbeitgeber-Bescheinigung auf Seite 1 beim Anerkennungsbescheid des jeweiligen Bundeslandes.

Zu diesem Seminar sind alle Interessierte herzlich willkommen, die Beantragung eines Bildungsurlaubs / einer Bildungszeit ist keine Voraussetzung für Ihre Teilnahme!