Seminar-Nr. 89152

Praxis-Training Empathie „Ich sehe, was du fühlst“

Emotionen lesen als Schlüssel zum Erfolg
Termin
06.09.2024 , 4 Stunden
06.09.2024 von 09:00 bis 13:00 Uhr
Zielgruppe
Die Veranstaltung richtet sich an Führungskräfte der Landesverwaltung.

Inhalte

Während die Tagesveranstaltung „Empathie-Training für Führungskräfte“ (89151) Theorie, Praxis und Reflexion zum Thema Empathie verbindet, setzt dieser Workshop ganz auf einen praktischen Teilbereich der Empathie, das „Lesen“ von Emotionen beim Gegenüber. Das passiert immerzu und in großen Teilen unbewusst, lässt sich aber trainieren, schärfen und bewusstmachen. Besonderes Augenmerk liegt dabei auf sehr schnellen und kleinen Bewegungen in der Mimik unseres Gegenübers. Anhand derer können Sie die Fähigkeit entwickeln, die Stimmungen, Bedürfnisse und Sorgen anderer Menschen wahrzunehmen und auf sie einzugehen.

Als Führungskraft, die für die sogenannte „Microresonanz“ trainierte ist, werden Sie in der Lage sein, eine tiefere Verbindung zu ihren Teammitgliedern aufzubauen. Indem Sie die emotionalen Signale Ihrer Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter erkennen und darauf reagieren, können Sie das Vertrauen und die Motivation in Ihrem Team stärken. Indem Sie – im ganz konkreten Sinne – lernen, genau hinzusehen, können Sie zum Beispiel auch Konflikte frühzeitiger erkennen und lösen und die Bedürfnisse und Sorgen ihrer Teammitglieder besser verstehen.

In diesem Seminar werden Ihnen die neurowissenschaftlichen Grundlagen der Empathie vermittelt, um dann in kleinen Gruppen praktische Übungen zur Empathie durchzuführen und Ihre Ergebnisse gemeinsam zu reflektieren. Die Orientierung dafür liefert der „Motivkompass“, der – neurowissenschaftlich fundiert – dazu dient, die individuellen Motive und Bedürfnisse von Menschen zu identifizieren und zu verstehen. Nachdem Sie also geübt haben, die Gefühlslage Ihres Gegenübers deutlicher zu sehen, unterstützt der Motivkompass Sie dabei, die Beobachtungen einzusortieren: welche Bedürfnisse und Motive stehen hinter den Emotionen Ihrer Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter? Die Kombination aus beidem führt dann zu gezielterer und empathischerer Kommunikation.

Ziele und Methoden

Ziel der Veranstaltung ist es, Ihnen die Fähigkeit zu vermitteln, Emotionen bei Ihren Mitarbeitenden zu erkennen und angemessen darauf zu reagieren. Durch das Praxistraining werden Sie lernen, wie Sie Empathie gezielt einsetzen können, um eine positive Arbeitsatmosphäre zu schaffen und die Motivation Ihrer Teammitglieder zu steigern. Damit ist dieses intensive, halbtägige Format eine praktische Fortsetzung zum grundlegenden Empathie-Training in diesem Programm und seine ideale Ergänzung. Beide Veranstaltungen lassen sich auch getrennt besuchen und produktiv nutzen.

Zusätzliche Hinweise
Zum Thema Empathie finden Sie in diesem Jahr außerdem die Tagesveranstaltung „Empathie-Training für Führungskräfte“ (89151) und für die obere Führungsebene zudem das "Individuelle Empathie-Training für Führungskräfte" (89201) im Programm.

Nur buchbar für Beschäftigte der Landesbehörden in Schleswig-Holstein.
Diese Veranstaltung wird von KOMMA durchgeführt.
Referent/-in
Kristin Fuchs
Ort
Veranstaltungs Zentrum Kiel
Kiel