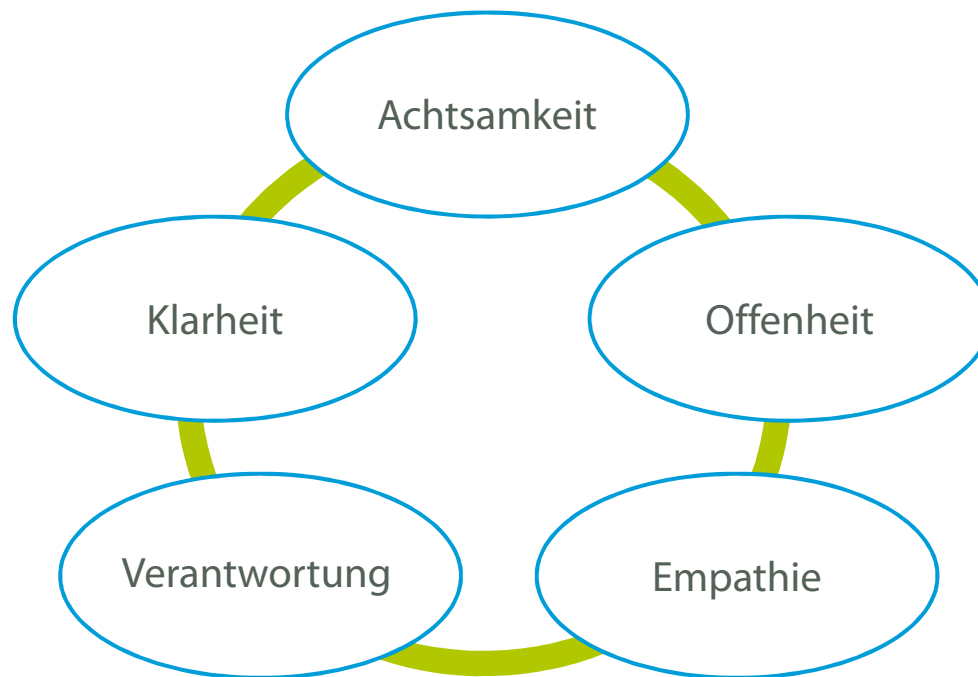




Zielführende Kommunikation

Übersicht

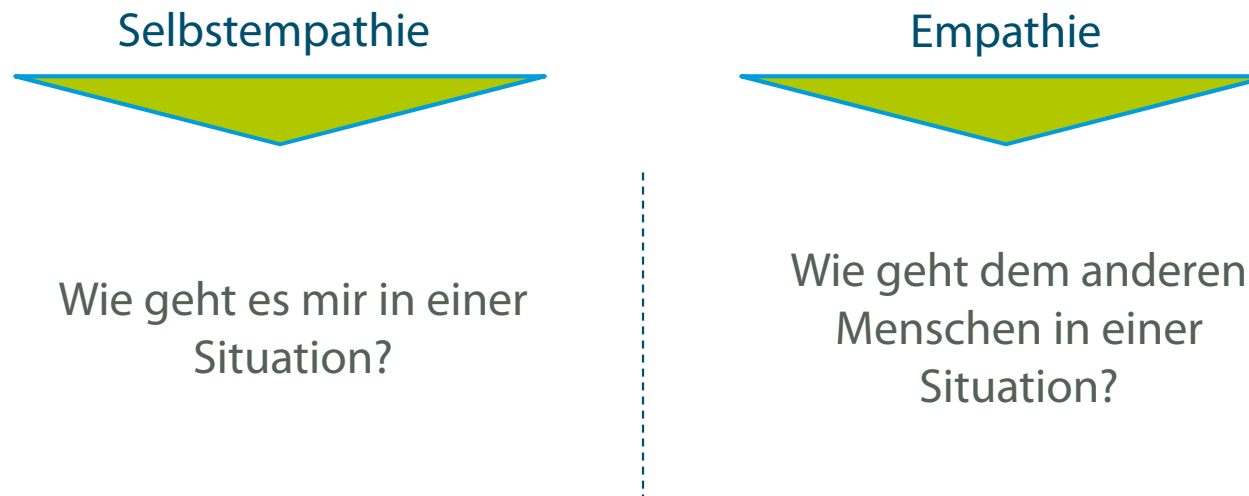
Fünf Aspekte in der Kommunikation dienen der Verständigung.



- Achtsamkeit, mit sich und anderen
- Klarheit, in der eigenen Kommunikation
- Offenheit, zu zeigen, was wirklich in mir vorgeht
- Verantwortung, für eigene Gefühle und Empfindungen in konkreten Situationen
- Empathie

Die Empathie ist unter zwei Blickwinkeln für den Kontakt zwischen Menschen bedeutsam.

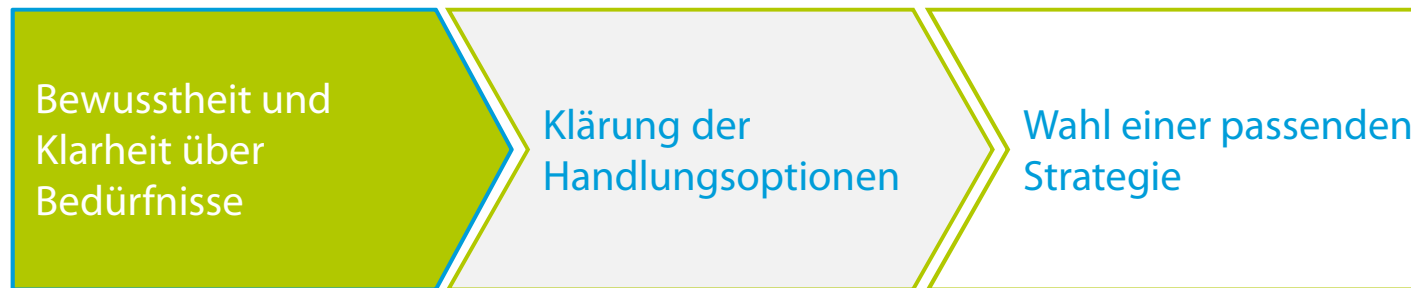
Die Grundlage der Empathie ist Selbstwahrnehmung; je offener wir für unsere eigenen Emotionen sind, desto besser können wir die Gefühle anderer deuten.*



Die Beachtung von Bedürfnissen dient dazu, passende Strategien zu finden.

„ Im Kern geht es bei Empathie darum, funktionierende Strategien zu finden und möglichst viele Bedürfnisse zu erfüllen. Es geht nicht darum, sich einfach besser oder gehört zu fühlen.“

(Marie R. Miyashiro „Der Faktor Empathie“ (2013), S. 90.)



Hinweis:

Tiefe empathische Verbindungen haben nichts mit Nett-Sein zu tun. Vielmehr geht es darum, Veränderungen herbeizuführen und Ergebnisse zu erzielen. (Miyashiro s.o. S. 86)



Neugierig geworden ? Fragen zum
KonfliktGenuss?

Dann besuchen Sie www.KonfliktGenuss.de oder
senden eine Nachricht an Info@KonfliktGenuss.de