



EMPATHIC COMMUNICATION

EMPATHISCHE
KOMMUNIKATION

BEWUSSTE VERBUNDENHEIT.
KONSTRUKTIVE KONFLIKTTTRANSFORMATION.
FREUDVOLLE LEBENSGESTALTUNG.



EMPATHIC COMMUNICATION/ EMPATHISCHE KOMMUNIKATION



In herausfordernden Gesprächen und Konfliktsituationen sind wir häufig nicht mehr mit uns selbst, unserem gegenüber und dem, worum es eigentlich geht, bewusst verbunden. Gespräche drehen sich im Kreis, stecken fest oder drohen zu eskalieren.

Diese unbewusste Verbindung kann durch Empathie, sprachlichem Handwerkszeug und Achtsamkeit wieder bewusst gestaltet werden.

Empathie ist dabei die grundlegende Fähigkeit und Eigenschaft, Weg und Wegweiser zugleich.

Selbst -und Fremdwahrnehmung ermöglichen eine Resonanz mit mir und meinem Gegenüber, die ein bewusstes Miteinander liebevoll gestaltbar macht.

Ein konstruktiv wertschätzender Umgang im privaten und beruflichen Kontext wird (wieder) möglich.

*„Es ist eine Sprache des Lebens“
(Marshall B. Rosenberg), die uns mit
dem und über das kommunizieren
lässt, was in uns lebendig ist und
worum es uns letztendlich wirklich
geht – um unsere Bedürfnisse.“*

Christian Ruffert



Empathic Communication/Empathische Kommunikation gründet in der Gewaltfreien Kommunikation nach Marshall B. Rosenberg und wird durch Achtsamkeit, Begeisterung und Stresstransformation ergänzt. Durch eine Sensibilisierung für unsere emotionalen, kognitiven und körperlichen Prozesse wird es möglich, eine gegenseitig bereichernde Kommunikation zu entwickeln.



WIE KANN ICH IN KONFLIKTSITUATIONEN SOUVERÄN UND KONSTRUKTIV AGIEREN?

WIE KANN ICH HERAUSFORDERNDE GESPRÄCHE GEGENSEITIG BEREICHERND GESTALTEN?

WIE IST ES MÖGLICH, TROTZ ALLER ANFORDERUNGEN DES TÄGLICHEN LEBENS MIT MIR UND ANDEREN BEWUSST VERBUNDEN ZU BLEIBEN?

WIE KANN ICH DASS, WAS MIR WICHTIG IST, WIRKUNGSVOLL KOMMUNIZIEREN?

Empathic Communication/Empathische Kommunikation bietet einen vertrauensvollen Rahmen, in dem neue Erfahrungen direkt nachhaltig erlebt werden können. Spannende theoretische Hintergründe sind mit direkt erfahrbaren Übungen verbunden.

DIE TEILNEHMER*INNEN

- ERFAHREN SPANNENDE WISSENSCHAFTLICHE GRUNDLAGEN AUF BASIS AKTUELLER FORSCHUNG ZUM THEMA KOMMUNIKATION UND KONFLIKTTRANSFORMATION
- EIGNEN SICH DIREKT PRAKTISCHES KOMMUNIKATIONSHANDWERKSZEUG AN UND FESTIGEN DEN UMGANG MIT DIESEM DURCH DIREKTE ANWENDUNG
- SIND BEFÄHIGT, DIE GRUNDSTRUKTUR DER GEWALTFREIEN KOMMUNIKATION ANZUWENDEN UND KENNEN MÖGLICHKEITEN, DIESE WEITERZUENTWICKELN
- ERLANGEN DURCH ERFAHRUNG UND ÜBUNG EINEN BEWUSSTEN EINSATZ IHRER EMPATHIEFÄHIGKEIT
- ERFAHREN EINE SENSIBILISIERUNG FÜR IHRE EIGENEN EMOTIONALEN, KOGNITIVEN UND KÖRPERLICHEN PROZESSE
- KÖNNEN AUF DER BASIS VON ACHTSAMKEIT, BEGEISTERUNG UND STRESSTRANSFORMATION GELINGENDE KOMMUNIKATION IM BERUFLICHEN UND PRIVATEN KONTEXT GESTALTEN



WENN DU

- SOUVERÄNER IN HERAUSFORDERNDEN GESPRÄCHEN UND KONFLIKTSITUATIONEN
- BEWUSSTER FÜR DEINE EMOTIONALEN, KOGNITIVEN UND KÖRPERLICHEN PROZESSE
- SICHERER IN DER SPRACHSTRUKTUR DER GFK
- ENTSCHIEDEN UND BEWUSST IN DEINEM „NEIN“ ODER „JA“ SAGEN
- EMPATHISCH IN DEINER WAHRNEHMUNG UND RESONANZ MIT ANDEREN
- UND KONKRETE* R GESTALTER* IN DEINES LEBENS SEIN MÖCHTEST

dann wird **Empathic Communication/Empathische Kommunikation** für dich ein grandioser Meilenstein in deiner persönlichen Entfaltung sein.



CHRISTIAN RUFFERT

Christian Ruffert ist studierter Sozialpädagoge/Sozialarbeiter, zertifizierter Friedens- und Konfliktberater, zertifizierter Trainer für Achtsamkeit, zertifizierter Hypnose Coach, zertifizierter Körpertherapeut und zertifizierter Fachkraft für Palliativ Care für Kinder und Jugendliche. Seit über 15 Jahren bietet er Seminare, Fortbildungen und Workshops sowie Coaching zu den Themen Persönlichkeitsentfaltung, Kommunikation, Trauer und Konflikttransformation an. Für ihn sind diese Themen miteinander verbunden und ein persönliches ganzheitliches Verbunden sein die Grundlage für ein erfülltes und freudvolles Leben in Gemeinschaft mit anderen. Es ist sein Anspruch, das Beste von sich einzubringen, um das Beste in anderen zum Strahlen zu bringen. Daher befinden sich sämtliche Angebote stets im Prozess und werden mit neusten Erkenntnissen weiterentwickelt.



„Alles ist schon in dir. Es darf Räumen begegnen, in dem es sich entfalten kann. Wir sind durch und durch kommunikative Wesen. Dieses Abenteuer Kommunikation kann gestaltet werden. Bewusst, liebevoll und gegenseitig bereichernd.“

(Christian Ruffert, Entwickler von Empathic Communication/Empathische Kommunikation)

