

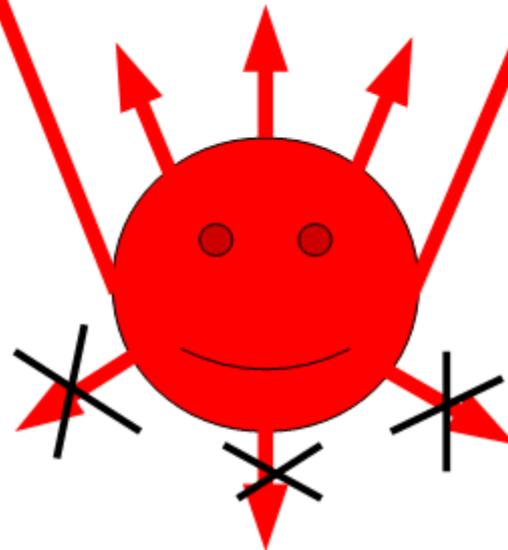
NeuroSonanz

Die Empathie-Schule

für Menschlichkeit, Mitgefühl und Miteinander

**Herzlich Willkommen
zur Einführung in die
Empathie-Schule NeuroSonanz®
Teil 1**

Z I E L = Empathie



Z I E L = Empathie

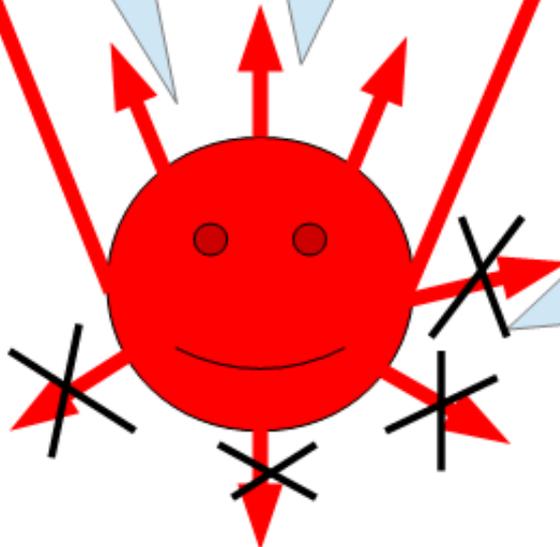
Suuper!

Genial!!

Stimmiger wäre ... !

Wofür is'n das gut?

Hä?



Das wird zu ausführlich.

~~Ich will nur ganz kurz was sagen:
Aaalso: Ich habe da nedlich erlebt,
dass mein Nachbar, immer wenn ...
.....und ich bin der Meinung, dass
im Grunde eigentlich immer in
solchen Fällen doch
.....müsste, aber wenn dann der
andere gar nicht so
außerdem könnte doch
in Wirklichkeit und auch
sonst in anderen
Fällen~~

Wie man mit unangenehmen Gefühlen in Gruppen und im Alltag umgehen kann

Fühle ich mich gerade ausgeglichen?

→ Ja 😊 ✓

Nein



„Was genau fühle ich?“

Begriff hier einsetzen



„Ich stehe für nicht weiter zur Verfügung.“

Erleichtert?

→ Ja 😊 ✓

Nein



Überlege: „Was will ich anders?“

Wunsch aufgeben - dem, was geschehen will, zustimmen:

„Das gehört auch dazu!“

Entspannter?

→ Ja 😊 ✓

Nein



Veränderung bewirken durch:

Gefühl formulieren / rausgehen / ablenken und Thema ändern /

Nachbarn zuflüstern / sich seinem Ideal-Ich zur Verfügung stellen



NeuroSonanz

Die Empathie-Schule

für Menschlichkeit, Mitgefühl und Miteinander

RealitätenkellnerIn = AnbieterIn verschiedener Realitäten

Studierende = Lernen kennen und entscheiden, was sie brauchen.
Feedbackgeber, denn sie sollen ja gut lernen können.

Empathie-Fundament

1. Baustein: Ziel Empathie

Ziel der Studierenden, ihre Empathie auszubauen.

Dabei sollen sie größtmögliche Freiheit genießen dürfen.

2. Baustein: „Material“ von NeuroS

NeuroS - bietet theoretisches + praktisches Material

- erforscht Reaktion der Studierenden

- verbessert Material

Empathie-Fundament

3. Baustein: „Material“ von Studierenden

Studierende können:

- angebotenes Material erforschen
- alle Fragen stellen, die sie haben
- sich um Verständnis kümmern
- Unstimmigkeiten aufdecken
- Verbesserungsvorschläge machen
- Inhalte auf Website nachlesen

4. Baustein: Kooperation

Einigung, wann welches Ziel bedient wird.

Daraus resultierende Regeln

- Alles darf zunächst dazugehören und wird dann für die einzelnen Ziele begrenzt.
- Studierende: Sich gegenseitig ausreden lassen.
- Der Realitätenkellner darf die Studierenden unterbrechen (Ziel: Alles Material anzubieten).
- Studierende dürfen den Realitätenkellner durch klare Meldung oder Wort unterbrechen (Ziel: Material von NeuroS verstehen, erforschen oder verbessern).
- Wenn beide Ziele gleichzeitig drängeln, bekommt der Einigungsprozess Vorrang.

Studierende: verstehen, erforschen, verbessern VEV

Empathischer Verständigungsprozess

- **Ein klares Ziel haben**

Empathie-Aufgabe: Wer hat welches Ziel? Wo stoßen zwei Ziele aufeinander und wie einigen sie sich?

- **(Er-)Klärung, um das Ziel zu erreichen**

Empathie-Aufgabe: Eigene Erklärungen optimieren – wie versteht es der andere am besten?

- **Verstehen der Erklärung**

Empathie-Aufgabe: Gezielte Fragen stellen, eigene Vermutungen überprüfen, bis der andere bestätigt.

- **Rangfolgeneinigung bei gleichzeitigen Zielen**

Empathie-Aufgabe: Gezielt stoppen und Einigungsprozess einleiten (Meta-Ebene, Stichwort: „Meta!“)

NeuroSonanz

Die Empathie-Schule

für Menschlichkeit, Mitgefühl und Miteinander

Ausblick auf den Teil 2 der Einführung:

Erklärung einiger Begriffe

Die vier Empathie-Säulen

Einblick in die Funktionsweise unseres Gehirns