



Erschienen am 19.07.2019
256 Seiten, kartoniert
Format: 17.0 x 24.0
ISBN: 978-3-95571-866-4

Karim Fathi

Das Empathietraining

Konflikte lösen für ein besseres Miteinander

Empathie - eine Universalkompetenz für erfolgreiche
Konfliktklärung

Konflikte sind in unserem Leben unvermeidbar. Überall und jederzeit können sie auftreten. Dabei vergessen wir oft, dass Krisen und Konflikte auch Chancen bergen. Doch wie stellen wir es an, dass keiner verliert und wir sogar gestärkt aus ihnen hervorgehen? Der Schlüssel zu dieser Frage lautet: (Selbst-)Empathie. Empathie ist eine in uns allen angelegte Universalkompetenz. Egal ob es darum geht, mit belastenden Emotionen umzugehen, Meinungsverschiedenheiten optimal zu lösen oder generell gute Beziehungen zu pflegen – jede Art des funktionierenden Miteinanders setzt ein gewisses Maß an Empathie voraus.

Dieser Ratgeber vermittelt bewährte Konzepte aus den Bereichen Coaching und Beratung und richtet sich an alle Menschen, die ihre Empathiefähigkeit verbessern möchten, um sich fit für Krisen und Konflikte zu machen. Dabei spielt der Umgang mit Stress, dem Empathiekiller Nr. 1, eine zentrale Rolle.

Autorenprofil

Karim Fathi

Dr. Karim Fathi ist zertifizierter Konfliktberater, Doktor der Philosophie zum Thema „Integrierte Konfliktbearbeitung im Dialog“, M.A. Friedens- und Konfliktforscher und an der Akademie für Empathie in Berlin tätig.

Pressestimmen

"Karim Fathis Buch ist gut geeignet für Menschen, die daran interessiert sind, mithilfe der beigefügten Übungen ihre empathischen Fähigkeiten in Hinblick auf eigene Konflikte oder Krisen selbstständig zu trainieren und weiterzuentwickeln. Es ist sicherlich vor allem für die Menschen interessant, für die die konkrete Anwendung in der Praxis und Übungen im Vordergrund stehen und die weniger an theoretischen Reflexionen interessiert sind."- Elisabeth Vanderheiden, www.socialnet.de