

Empathie – als Bedingung für eine Wende vom destruktiven zum konstruktiven Konfliktverlauf

„Im Dialog oder über die Vermittlung gelingt es, die Sichtweisen, Zwänge und Interessen des Konfliktpartners zu verstehen und im eigenen Vorgehen zu berücksichtigen. Umgekehrt wächst die Bereitschaft, Verantwortung für den eigenen Konfliktanteil zu übernehmen.“



Gewitter. Schwarze Wolken, Blitze, Sturmwind.  
Eine Rose steht beschirmt im Vordergrund.  
Mitten im Unwetter ein Refugium.

Empathie.

Empathie

> Psychologen verstehen unter Empathie die Fähigkeit, die Erfahrung eines Menschen zu verstehen und darauf angemessen zu reagieren. Empathie besteht aus mehr als nur aus Mitgefühl, weil sie nicht nur die Gefühle des anderen teilt, sondern sie auch begreifen will. Dazu muss man sich in den anderen hineinversetzen, „in seine Schuhe schlüpfen“. Erst dieser Schritt eröffnet uns ein Verständnis über das Mitgefühl hinaus. <

Jörg Zittlau, Das Gandhi-Prinzip – die sanfte Art sich durchzusetzen. Herder spektrum 5554, 2.Aufl. 2005, S.110 f.

Material: Gefühlsbilder, aktiv zuhören