

## Medien von Al Weckert



**Empathie Navigator**  
(App für iPhone und Android)  
Die App mit Gefühls- und Bedürfnisnavigator, Body-Scan, Empathie-Tagebuch und Empathie-Reminder entwickelt sich zum unverzichtbaren Helfer für erfolgreiche Empathie-Prozesse, Mediation und GFK-Training.  
Weitere Informationen:  
[www.empathie.com](http://www.empathie.com).

### „Der Tanz auf dem Vulkan“ (Junfermann, Buch inkl. rotes Trainingstuch)

Wie wirken starke Gefühle in Konflikten? Welche Rolle spielt die Neurobiologie für die Konfliktklärung? „Der Tanz auf dem Vulkan“ trainiert den Umgang mit starken Gefühlsäußerungen.



### „Gewaltfreie Kommunikation für Dummies“ (Wiley, Buch)

Dieses Buch begleitet Sie durch sämtliche Anwendungsbereiche der GFK: am Arbeitsplatz, in Erziehung, Partnerschaft und Politik, bei der Konfliktklärung ... Amazon-Kunden bezeichnen es als das „umfassendste Werk seiner Art“.



### „Mimikresonanz“ (Auditorium Netzwerk, DVD)

Erleben Sie einen Einführungsvortrag in die Welt der Körpersprache und Mimik. Die DVD präsentiert über 60 Beispiel-Fotografien und zahlreiche konkrete Hinweise zum Nutzen von Mimikresonanz® für die Konfliktklärung. Al Weckert live beim Bundeskongress der Mediationsverbände in Ludwigsburg.



## Termine, Anmeldung und Kontakt

Ich melde mich verbindlich an für das Seminar

### „Tanz auf dem Vulkan“

- Seminar 163-12: vom 11.04.–14.04.2016  
Frühbucherpreis: 835 Euro; Kursgebühr ab 11.02.2016: 890 Euro
- Seminar 173-61: vom 26.09.–29.09.2017  
Frühbucherpreis: 835 Euro; Kursgebühr ab 26.07.2017: 890 Euro  
(beide Seminare inkl. Pausenbewirtungen/Mittagessen)

Teilnehmeranschrift (bitte Rechnungsadresse angeben):

Einrichtung/Firma .....  
Beruf und Funktion .....  
Name, Vorname .....  
Straße .....  
PLZ/Ort .....  
Telefon ..... Fax .....  
E-Mail .....  
Datum .....  
Unterschrift .....

Nach Eingang Ihrer Anmeldung erhalten Sie eine Anmeldebestätigung und ca. drei Wochen vor der Veranstaltung eine Rechnung. Die Teilnehmerzahl ist auf 16 Personen begrenzt. Es gelten die Allgemeinen Geschäftsbedingungen der Akademie im Park in Wiesloch.

Kontaktdaten und Veranstaltungsort:  
Akademie im Park  
Heidelberger Str. 1a, 69168 Wiesloch  
Telefon: 06222 55-2754  
info@akademie-im-park.de, www.akademie-im-park.de  
Ein Unternehmen der **zifo** Gruppe Baden-Württemberg

Fragen zum Inhalt? Al Weckert, Telefon: 030 532 15 118



# #empathie.com

Al Weckert | Empatrain

## Der Tanz auf dem Vulkan

Intensivtraining für den Umgang mit eskalierenden Gesprächssituationen und starken Gefühlsäußerungen

Leitung: Al Weckert



[www.empathie.com](http://www.empathie.com)

Die Methode „Tanz auf dem Vulkan“ ist ein umfassendes Werkzeug, um auf eskalierende Gesprächssituationen zu reagieren. Das Training schafft Sicherheit im Umgang mit starken Emotionen. Es befähigt die Teilnehmer, verbale Eskalation zu stoppen und schwierige Gespräche mit „Erster-Hilfe-Empathie“ zum Dialog zurückzuführen.

## Inhalt

Der Workshop schafft fundiertes Überblickswissen zu (verletzten) Gefühlen und (vernachlässigten) Bedürfnissen – dem Sprengstoff und der Antriebskraft in eskalierenden Gesprächssituationen. Es wird ein breites Vokabular für Gefühle und Bedürfnisse erarbeitet. Anschließend werden die wichtigsten Techniken zum Umgang mit Eskalation vermittelt:

- indirekte Gefühlsäußerungen wahrnehmen und angemessen ansprechen,
- Klagen in dahinterliegende Bedürfnisse übersetzen,
- Angriffe gegen die eigene Person in einen Dialog umwandeln,
- den Brandbeschleuniger „Ja, aber ...“ durch aktives Zuhören ersetzen,
- von Mangel-Formulierungen zu einer lösungsorientierten Sprache finden,
- den Fokus vom Gestern auf das Heute richten,
- Vielredner „einfangen“ und zum Kern der Sache kommen,
- Konfliktvermittlung mit „Erster-Hilfe-Empathie“,
- Grenzen setzen, wenn die Situation eine „Notbremse“ erfordert.

Damit die Teilnehmer trotz der Ernsthaftigkeit des Themas mit Freude und Leichtigkeit lernen, lockern spielerische Trainingselemente voller Humor und Bewegung den Seminarablauf auf.



## Ziel („Sollzustand“)

Die Teilnehmer

- wissen, wie man Klagen und Schuldzuweisungen in die dahinterliegenden Anliegen übersetzt,
- wissen, wie man indirekte Gefühlsäußerungen angemessen anspricht,
- können Angriffe gegen die eigene Person deeskalieren,
- können zwischen mehreren Personen vermitteln,
- wissen, wie man bei Eskalation zu einer konstruktiven Gesprächsform zurückfindet.

## Nutzen („Vorteil, Wert“)

Die Methode „Tanz auf dem Vulkan“ kann bei starken Emotionsäußerungen wie Ärger, Rückzug, Tränen oder Vorwürfen und gegenseitigen Abwertungen zu einem schnellen Gewinn für den Verständigungsprozess führen. Das Training „Tanz auf dem Vulkan“ hilft den Teilnehmern dabei,

- Ängste vor schwierigen Kommunikationssituationen abzubauen,
- Konflikte als Ausgangspunkt für Klärung und Prozessoptimierung zu nutzen,
- Beziehungen zu Kollegen, Vorgesetzten und Kunden zu erhalten oder zu verbessern,
- Störungen in Meetings anzusprechen,
- in Konfliktsituationen gelassen zu bleiben und krankmachenden Stress zu vermeiden.



### Al Weckert (Trainer)

Diplom-Volkswirt, Trainer für Gewaltfreie Kommunikation, zertifizierter Trainer für Mimikresonanz® und Mediationsausbilder. Autor zahlreicher Fachpublikationen, darunter „Der Tanz auf dem Vulkan“ (Junfermann) und „Gewaltfreie Kommunikation für Dummies“ (Wiley).



## Sonderleistungen

Die Teilnehmer erhalten ein Skript mit Übungen, einen Podcast (zur Vorbereitung), das E-Book (zur Nachbereitung), die Trainingsapp „Empathie Navigator“ (zur Vertiefung) und die Schnellanleitung **#Empathie Starter-Kit**.

## Teilnehmer

- Für die Teilnahme ist kein Vorwissen erforderlich.
- Die Teilnehmerzahl ist auf 16 Personen begrenzt.

## Zertifikat

Die Teilnehmer erhalten ein Seminarzertifikat. Bei vollständiger Teilnahme an den Seminaren „Gewaltfreie Kommunikation“, „Tanz auf dem Vulkan“ und „Mimikresonanz®“ erhalten Teilnehmer das Empatrain-Zertifikat „Empathie Professional“.

