



Academy4socialskills

Mitgefühl, Empathie,  
Aufmerksamkeit und Intuition  
im Fokus

# MITGEFÜHL, EMPATHIE, AUFMERKSAMKEIT UND INTUITION IM FOKUS

## FOCUS UND ZIEL DES SEMINARS:

- Erfolgreiche Personen sind in erster Linie Wahrnehmungsmanager und Aufmerksamkeitsmanager. Worauf sie ihre Beachtung richten, ist Bewegung. Wer Ziele umsetzen will, braucht mehr als Geld, Zeit, Anweisungen, Regelungen oder den eigenen schieren Willen zum Erfolg. Er braucht Aufmerksamkeit für andere: wertschätzende Beachtung. Dabei hilft ihm eine sensibilisierte Wahrnehmung, die als Bedingung für Empathie (Einfühlungsvermögen) gilt.
- Sie lernen, wie Sie als Person von anderen wahrgenommen werden und wie Sie ihren ersten Eindruck optimieren können. Sie lernen zudem, wie Sie mit all Ihren Sinnen ein vielschichtiges und vielgestaltiges Bild Ihrer Umgebung wahrnehmen und gekonnt und adäquat mit Ihren Gefühlen umgehen. Anhand der Basisgefühle (in Form von Lust, Schmerz, Wut, Furcht und anderen Emotionen) identifizieren Sie einerseits Stimmungen und Affekte und lernen andererseits Ihren Aufmerksamkeitsfokus, Ihre Wahrnehmung und Ihr Fühlen als Reaktion auf andere Menschen oder Situationen näher kennen. Wahrnehmung ist die unmittelbarste Beziehung zur Umwelt.

## NUTZEN:

Durch Empathie, Mitgefühl und Intuition lernen Sie sich selber zu verstehen und sich in andere Personen einzufühlen. Sich selbst und die Umwelt sensibel wahrzunehmen, verschafft Nutzen und Vergnügen

## ZIELGRUPPE:

Personen, die ihre Wahrnehmung zur Umwelt verbessern wollen.

---

## TERMINE/ORT:

Siehe Homepage.  
Interne Termine auf Anfrage.

## KOSTEN:

Die Kosten pro Seminar betragen Euro 350,- exkl. MwSt. pro Teilnehmer oder als intern durch geführtes Training der vereinbarte Tagessatz.

Weitere Informationen erhalten Sie von Ursula della Schiava-Winkler per Email: [office@socialskills4you.com](mailto:office@socialskills4you.com) oder telefonisch unter: +43/1/4087717 sowie +43/664/1012768.

## INHALTE:

Nichts wirkt sich auf Leistung so dynamisierend aus wie die freundliche Kenntnisnahme durch den Aufmerksamen. Beachtung und Wertschätzung zu erhalten, motiviert und treibt voran. Im Fokus zu stehen, ist für uns alle Doping: in den Medien zitiert, im Fernsehen gezeigt zu werden, Applaus zu hören, hilft uns sofort über trübe Stimmungen hinweg. Der liebevolle Blick eines geschätzten Menschen verzaubert unseren Tag. Wenn wir um unsere Meinung oder um Rat gebeten werden, erscheint unser Gegenüber gleich sympathischer. Eine wertschätzende Beachtung setzt eine sensibilisierte Wahrnehmung voraus. Denn Wahrnehmung ist die unmittelbarste Beziehung zur Umwelt. Sobald der Mensch wach ist, vermitteln ihm seine Sinne ein vielschichtiges und vielgestaltiges Bild seiner Umgebung. Sensibel und aufmerksam zu sein, verschafft uns Nutzen und Vergnügen. Erweitern wir unsere Wahrnehmung, werden wir schöne Dinge um uns herum entdecken, Dinge, auf die uns unsere Sinne aufmerksam machen, und die zu erforschen sie uns Gelegenheiten geben. Wissen wir um die Auswirkungen der positiven Beachtung und erfahren wir die Vorteile einer sensibilisierten Wahrnehmung, können wir dies sowohl im Arbeits- als auch im privaten Umfeld effektiv nutzen. Empathie durchbricht Mauern und löst Blockaden zwischen Menschen auf. In einem Gespräch ist empathisches Zuhören wie ein Dienst, dem anderen gegenüber.

## Im Fokus des ersten Eindruckes:

- Körperbau und Haltung, Mimik und Gestik
- Sprachlicher Ausdruck
- Unsere Wirkung hinsichtlich des ersten Eindruckes und unserer Erwartungshaltung (Wie schätze ich andere ein? Wie werde ich von anderen eingeschätzt?)

## Authentizität:

- Selbstbild vs. Fremdbild (Diskrepanzen erkennen)
- Meine Aufmerksamkeits- und Wahrnehmungsfiler erkennen
- Wie kann ich Authentizität leben?

## Fokus der Aufmerksamkeitsrichtung und Themen, die ihr Interesse finden:

- VAKO, Training der Intensivierung der Sinneswahrnehmung
- Persönliches Aufmerksamkeitsmanagement



## ANMELDUNG

Academy4socialskills  
Lerchenfelderstraße 120/10, AT-1080  
Wien  
telefonisch oder per Fax: +43/1/4087717  
mobil: +43/664/1012768  
E-Mail: office@socialskills4you.com  
www.socialskills4you.com

### ANMELDUNG:

Veranstaltung:	
Termin:	
Teilnehmer:	
Adresse	
Firma/Privat:	
Strasse:	
PLZ / Ort:	
Telefon:	
Fax:	
E-Mail:	

### Allgemeine Geschäftsbedingungen:

Die Kosten sind exkl. Mwst (inkl. Seminarunterlagen).

Für die Sicherung des Seminarplatzes ist die Bezahlung vor Beginn der Veranstaltung erforderlich.

Stornierungen können nur schriftlich entgegengenommen werden, bis 4 Wochen vor Veranstaltungsbeginn kostenfrei, ab 4 Wochen bis 10 Tage vor Veranstaltungsbeginn werden 50% des Teilnehmerbetrages verrechnet, ab 9 Tage vor Veranstaltungsbeginn müssen wir 100% des Teilnehmerbetrages verrechnen.

Die Stornogebühren entfallen, wenn ein Ersatzteilnehmer für die Veranstaltung genannt wird.

Die Academy4socialskills kann das Seminar aus wichtigem Grund - insbesondere Krankheit des Beraters/Trainers oder zu geringe Teilnehmerzahl - gegen Erstattung des bereits gezahlten Teilnehmerbeitrages absagen.

Es gelten die Honorarrichtlinien der Academy4socialskills.

Mit meiner Anmeldung erkläre ich mich mit den Teilnahmebedingungen der Anmeldung einverstanden.

Ort, Datum:

Unterschrift:

Anmeldung bis 14 Tage vor dem Seminar der Academy4socialskills.

Nach Erhalt Ihrer Anmeldung bekommen Sie Anmeldebestätigung und Rechnung zugeschickt, die Unterlagen und die Teilnehmervorbereitung erhalten Sie jeweils 7 Tage vor der Veranstaltung.

### REFERENTINNEN:

Das Team der Academy4socialskills

