

**Die Termine auf einen Blick:**

**Ich sehe Dich**

Lesen was im Gesicht geschrieben steht  
Eric Standop  
Donnerstag, 19. März

**Meine Gesundheit – mein Kapital!**

Wissensbuffet mit Nährwert  
Patric Heizmann  
Mittwoch, 29. April

**Bewusste Wahrnehmung**

Die Eigenverantwortung Ihrer Emotionszustände  
Alexander Groth  
Donnerstag, 18. Juni

**Lernst du noch oder verstehst du schon?**

Der Weg des Wissens ins Gehirn  
Dr. Henning Beck  
Donnerstag, 13. August

**Tatort Text**

Was Dein Schreibstil über Dich verrät  
Leo Martin & Patrick Rottler  
Donnerstag, 24. September

**Das schnellste**

**Erinnerungssystem der Welt!**  
Wissen wird sofort „magnetisch“ – ein Leben lang!  
Nicol Jahns  
Mittwoch, 28. Oktober

**Unschlagbar positiv**

Die Charisma-Formel  
Claudia Kleinert  
Mittwoch, 25. November

Die Veranstaltungen des „Zentrum Wissen“ finden statt:

**Ort:** EAM GmbH & Co. KG  
Monteverdistraße 2, Kassel  
**Uhrzeit:** 19.30 bis 21 Uhr  
**Einlass:** 19 Uhr  
Weitere Informationen:  
[sprecherhaus.de](http://sprecherhaus.de)



**Kooperation geplant:** Harold Becker (von links), Antje Proetel, Referentin Sabine Hübner und Wencke Gerwig trafen sich vor dem Vortrag, um die Möglichkeit einer künftigen Zusammenarbeit auszuloten. Die Gäste sind vom Dachverband freier Kindertagesstätten und wollen gemeinsam mit Sabine Hübner Methoden zur Empathieförderung im Rahmen der Fortbildung für pädagogisches Personal entwickeln.



**Regelmäßig zu Gast:** Heike Nickel und Thomas Berthel besuchen die Veranstaltungsreihe häufiger. „Im vergangenen Jahr haben wir hier einen Vortrag zum Thema Empathie gehört, der uns begeistert hat. Daraus haben wir viel für uns und das Leben allgemein mitgenommen. Also war klar, dass wir auch heute kommen mussten, denn Empathie und ein respektvoller Umgang sind wichtig in allen Lebenslagen.“



**Immer begeistert** waren Ulrike und Holger Herbig von den Vorträgen der Reihe Zentrum Wissen. „Wir haben dieses Jahr das Abo, denn die Vorträge sind stets inspirierend, sie eröffnen neue Sichtweisen und geben Anstöße.“



**Thema Empathie:** Referentin Sabine Hübner sprach über die magischen Menschmomente, zu denen es durch empathische Begegnungen kommen kann.

FOTOS: PEER BERGHOLTER



**Premiere:** Eva Seyer ist das erste Mal bei einer Veranstaltung der Reihe Zentrum Wissen. „Ich bin noch relativ neu in Kassel und über eine Ankündigung in der HNA auf die Reihe Zentrum Wissen aufmerksam geworden. Das Thema Empathie interessiert mich besonders, wie eigentlich alles rund um die Psychologie. Empathie ist äußerst wichtig, sowohl im Job als auch in jeder anderen Lebenslage.“

# Empathie ist erlernbar

## Zentrum Wissen: Sabine Hübner über die Bedeutung von Begegnungsqualitäten und Menschmomenten

VON PEER BERGHOLTER

Empathie sei erlernbar, sagte Sabine Hübner, die mit ihrem Vortrag zum Thema Empathie die diesjährige Veranstaltungsreihe Zentrum Wissen eröffnete. Wir alle kämen mit der Fähigkeit auf die Welt, uns in andere Menschen hineinzuversetzen. Insbesondere die ersten drei Lebensjahre seien entscheidend für die Ausprägung der Empathie. Hemmend wirke auf diese Entwicklung aber, wenn sich die Eltern lieber ihrem Smartphone als ihrem Kind zuwenden. Dabei betonte die Referentin, sie sei keinesfalls eine Gegnerin der Digitalisierung. Selbst eine so unpersönliche Kommunikationsform wie die E-Mail lasse Raum für Empathie, wenn man zwischen den Zeilen lesen könne und den richtigen Ton treffe.

Grundsätzlich sieht Sabine Hübner empathische Handlungen aber in zwischenmenschlichen Begegnungen, den sogenannten Menschmomenten. Wie diese Momente aussehen können, zeigte sie anhand zahlreicher ebenso amüsanter wie anschaulicher Alltagsbeispiele. So eröffnete sie ihren Vortrag mit einem Rückblick auf ihre Jugend. Diese verlebte sie in einer österreichischen Familienpension, wo das Wohnzimmer zugleich der Frühstücksraum für die Gäste war. Eine Trennung von Privatem und Beruflichem gab es nicht. Und so habe sie früh gelernt, für die Gäste gerne einmal zurückzuste-

cken. Wer so aufwächst, habe den Servicegedanken quasi in die DNA eingepflanzt bekommen. Und Service ist für Sabine Hübner nichts anderes, als gelebte Empathie. Es ist die Fähigkeit, sich in andere Menschen hineinzudenken und ihre Wünsche sowie Bedürfnisse zu erkennen. Und entsprechend zu handeln.

**„Hängen bleibt nicht, was man sagt oder tut, sondern wie andere uns fühlen lassen.“**

Sabine Hübner

Empathie sei sowohl im Privaten als auch im Beruflichen gefragt. So könne zum Beispiel in einer unternehmerischen Beziehung die Begegnungsqualität, die Sabine Hübner in diesem Zusammenhang mit einem Menschmoment gleichsetzt, Mängel in der Produkt- und Prozessqualität – und damit den eigentlich relevanten wirtschaftlichen Größen – aufwiegen. Andersherum funktioniere das allerdings nicht, da stets die persönliche Begegnung im Gedächtnis haften bleibe.

Denn Sabine Hübner ist überzeugt, dass sich grundsätzlich jeder Mensch wünscht, dass sich andere in ihn einfühlen. Dieses Einfühlungsvermögen beeinflusse auch die Fehlertoleranz. Generell könne jeder Fehler machen, und andere Menschen seien grundsätzlich bereit, diese zu verzeihen. Insbesondere, wenn

der Fehler ein Gesicht hat, man also selbst dafür einsteht. Fehlverhalten werde allerdings nicht so leicht verziehen, da ihm stets eine bewusste Handlung zugrundeliegt. Daher zieht Sabine Hübner eine klare Linie zwischen Einstellung und Haltung. Während die Einstellung maßgeblich vom Selbstbild bestimmt sei, umschrieb sie Haltung als das, was Menschen tun, wenn keiner hinsieht. Empathie ist also eine Frage der Haltung.

Doch wie können wir nun unser Handeln auf seinen Empathiegehalt überprüfen, wie werden wir empathischer? Dafür hat die Referentin ein vierstufiges Modell entwickelt: Zunächst müsse man sich auf andere Menschen konzentrieren und diese beziehungsweise ihre Wünsche und Bedürfnisse wahrnehmen. Wahrnehmung sei determiniert durch persönliche Erfahrungen und Einstellungen. Hat man sich auf sein Gegenüber konzentriert und dessen Wünsche wahrgenommen, etwa durch einen Dialog, sei kreatives und mutiges Handeln gefragt. Reihe man die vier Punkte Konzentration, Wahrnehmung, Kreativität und Mut aneinander, führe dies im Idealfall zu einer empathischen Handlung, zu einem dieser magischen Menschmomente. Und diese Momente bleiben haften, ist Sabine Hübner sicher. Denn nicht was man sage oder tue bleibe im Gedächtnis, sondern wie uns andere Menschen fühlen lassen.

**HNA Zentrum Wissen 2020**  
Persönlichkeitsentwicklung – ein Weiterbildungsangebot Ihrer Tageszeitung

Do., 19.03.2020 | Eric Standop | Gesichtssprache

**Ich sehe Dich**  
Lesen was im Gesicht geschrieben steht.

Eric Standop hat bei drei Meistern auf drei Kontinenten gelernt und hat mehr als 15 Jahre Erfahrung in Gesichtlesen & Face Language. Er ist der einzige Lehrmeister weltweit, der nahtlos die verschiedenen internationalen Methoden des Gesichtlesens anwendet und miteinander verbindet. Seine scharfsinnigen Fähigkeiten bei der Erkennung von physischen Beschwerden, Stärken und Schwächen von Persönlichkeiten, Beziehungen, Führungsstilen, Talenten u.v.a., machen ihn zum Berater für Unternehmen und Entscheidungsträger im Silicon Valley, New York und Asien, aber auch für alle, die sich selbst und andere besser verstehen wollen.

*„Das Gesicht ist ein Buch, an dem wir ein Leben lang schreiben.“*

**Veranstaltungsort:**  
EAM GmbH & Co. KG, Unternehmensleitung, Monteverdistraße 2, 34131 Kassel  
Von 19.30 bis 21.00 Uhr. (Einlass ab 19.00 Uhr)

**Preise:** Einzelkarte 49,- Euro\* | 59,- Euro \*Vorteilpreis für Abonnenten der HNA.

**Infos und Buchung bei der Veranstaltungsgesamtur:**  
SPRECHERHAUS® | +49 2561 9792888 | [info@sprecherhaus.de](mailto:info@sprecherhaus.de) | [www.sprecherhaus-shop.de](http://www.sprecherhaus-shop.de)

Exklusivpartner:  
**EAM**

**HNA** Immer dabei. [www.meineHNA.de](http://www.meineHNA.de)