



CoachingHer

Lektion 10 – Arbeitsblatt Empathie & soziale Kompetenz

1. Was bedeutet Empathie für dich persönlich?

2. Wann fiel es dir zuletzt leicht, dich in jemanden hineinzusetzen?

3. In welchen Situationen fällt es dir schwer, empathisch zu reagieren? Warum?

4. Perspektivwechsel

Beschreibe eine Situation, in der du dich geärgert hast. Wie könnte dein Gegenüber die Situation erlebt haben?

5. Welche Eigenschaften verbindest du mit sozialer Kompetenz? (z. B. Teamgeist, Zuhören, Konfliktfähigkeit)

6. Wähle einen Bereich, in dem du deine soziale Kompetenz verbessern möchtest: Was möchtest du konkret tun? Was brauchst du dafür?

Funded by the European Union. However, the views and opinions expressed are solely those of the author(s) and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor the EACEA can be held responsible for this.