

Coaching-Tools > Freie Tools > Empagramm

Empagramm

von [Svenja Dederichs](#)

Bei einem Empagramm handelt es sich um eine Reflexionsübung für den Klienten, bei der er in ca. 15 Minuten die Gefühlswelt einer anderen Person in seinem Umfeld betrachtet und Aufzeichnungen dazu anfertigt.

Anwendungsbereiche

Emotionen im Umfeld nachfühlen

Das Empagramm hilft dem Klienten, die Gedanken, Gefühle und Handlungen von einzelnen Personen in seinem Umfeld besser nachempfinden zu können. Für Führungskräfte kann das Tool so verwendet werden, dass sie für jeden ihrer Mitarbeiter ein Empagramm anfertigen, um die Verschiedenartigkeit der Emotionen ihrer Mitarbeiter besser nachfühlen zu können und damit ihre Empathie zu steigern. Dieses Tool eignet sich im Coaching sehr gut als Hausaufgabe, insbesondere in der Phase der Analyse des Klientenumfeldes (in Teil 3 nach dem COACH-Modell).

Zielsetzung | Effekte

Empathische Fähigkeiten verbessern

Ziel ist es, dem Klienten ein strukturiertes Instrumentarium an die Hand zu geben, das es ihm erleichtert, sich in die gefühlsmäßige Perspektive eines anderen Menschen hineinzusetzen und seine empathischen Fähigkeiten zu verbessern. Die Übung hilft, das eigene Denken und Handeln in Bezug auf die Gefühle der Personen im Umfeld zu reflektieren.

Download | Quelle

[Beschreibung des Tools "Empagramm" herunterladen](#)

Mehr Informationen erhalten Sie unter www.svenjadedederichs.com.

Alle frei verfügbare Coaching-Tools

- [Empagramm](#)
- [Das Coaching Game](#)
- [Auf der Suche nach Spitzenleistung](#)
- [Visualisierung subjektiver Weltbilder in 3-D](#)
- [Ein Netz, das trägt](#)
- [Work-out](#)
- [Mit „Gaben“ die Wirksamkeit im beruflichen Alltag erhöhen](#)
- [Lösungsorientierte Klärungsarbeit in elf Schritten](#)
- [Karrieremuster erkennen](#)
- [Audiovisuelles Feedback – Coaching on the job](#)
- [Biografieanalytisches Coaching](#)
- [Der Dialog – Ein Coaching-Tool zur Erfolgskontrolle](#)
- [Lebenswerte – Ein Coaching-Tool zur Persönlichkeitsentwicklung und Lebensweggestaltung](#)
- [Die Zeitmaschine – Ein Coaching-Tool zur Entscheidungsfindung](#)
- [SOSIE – Dimensionen und Werte der Persönlichkeit](#)
- [sci:vesco@.web](#)
- ["Den anderen kommen lassen" – Spiel mit der Zeit](#)
- [Coaching mit der Balanced Scorecard \(BSC\): Die Private Balanced Scorecard \(PBSC\)](#)
- [Wahrnehmen von Veränderungen nach dem Coaching](#)
- [Kompetenzen entdecken und nutzen mit dem TalentKompass NRW](#)
- [Coaching Scorecard](#)
- [Standardisierter Fragebogen zur Evaluation von Einzel-Coaching-Prozessen "Check-the-Coach"](#)
- [Das "CoachingDataEnvironment": Eine integrierte Softwarelösung für systemische Prozessberatung](#)
- [Coaching-Evaluation – Kurzfragebogen für die Abschluss-Sitzung](#)
- [Inszenario – Konflikte lösen, planen, systemisch arbeiten, verstehen und visualisieren](#)
- [Kreativitätstraining – Innovationsmanagement und Entscheidungstechniken](#)
- [Motivationstraining](#)
- [Stressmanagement](#)
- [Konfliktmanagement](#)
- [Führungstraining](#)

- Balanced Coaching: Coachingerfolge messbar machen
- RAFAEL-Methode zur Gesprächsführung
- GROW-Modell zur Gestaltung von Coaching-Sitzungen
- Bochumer Inventar zur berufsbezogenen Persönlichkeitsbeschreibung (BIP)
- Das "Mandala" als Kreativassessment im Coaching
- Feedback-Geben im Coaching-Prozess
- BALU-Vorgehen zur Konfliktlösung
- Problemanalyse
- Bewertungsraster - Lösungen in Gruppen bewerten

Sie wollen Ihr Tool veröffentlichen?

Coaching-Tools.de wird monatlich von über 6.000 Personen besucht und bietet daher eine gute Möglichkeit, Ihr Tool bekannt zu machen. Neben dem Tool werden Sie natürlich als Autor.

[So können Sie Ihr Tool einreichen](#)

