



Neue Ausstellung im Berner Generationenhaus

## **Empathie: Einladung zum Perspektivenwechsel**

**Kinder sollen sich in ihre Geschwister einfühlen, Manager:innen in ihr Team und Politiker:innen in das ganze Volk: In all unseren Lebensbereichen wird Empathie gefordert. Das Berner Generationenhaus widmet dem Thema ab dem 11. November die neue Ausstellung «A Mile in My Shoes» und lädt mit einem vielfältigen Veranstaltungsprogramm ein zum Erkunden der eigenen Empathiefähigkeit.**

Die Fähigkeit zu fühlen, was andere Menschen fühlen, und sie dadurch besser zu verstehen gilt als zentral für das gesellschaftliche Zusammenleben und unsere Beziehungen, insbesondere auch zwischen den Generationen. Gleichzeitig leben wir in einem Zeitalter der Individualisierung und Selbstoptimierung, und die populären Versuche, gesünder, gelassener und glücklicher zu werden richten die Empathie vor allem auf sich selbst. Wie gelingt der Balanceakt zwischen dem Blick nach innen und der Anteilnahme nach aussen? Wie weit ist Empathie lernbar? Und wo liegen die (persönlichen) Grenzen der Empathie?

Das Berner Generationenhaus regt vom 11. November 2022 bis 14. Mai 2023 an zum Dialog über Empathie: mit der Ausstellung «A Mile in My Shoes», Morgenmeditationen, einem Abendessen mit (Erfahrungs-)Expert:innen, Crashkursen, Workshops und gefühlvollen Kindergeschichten.

### **Ausstellung «A Mile in My Shoes»**

11. November 2022 – 14. Mai 2023 | Cafébar Berner Generationenhaus

Eine Sammlung von Schuhen und Geschichten lädt dazu ein, die Perspektive zu wechseln: «A Mile in My Shoes» ist ein interaktives Schuhgeschäft, in dem die Besucher:innen in die Schuhe eines anderen Menschen schlüpfen – im wörtlichen Sinne – und während eines Spaziergangs per Kopfhörer der Geschichte der Schuhbesitzer:innen lauschen.

Wie fühlt es sich an, im falschen Körper geboren zu sein? Unter Existenzängsten zu leiden? Oder wenn in der Pubertät die Gefühle verrückt spielen? Was macht ein unerfüllter Kinderwunsch mit einer Beziehung? Wie verändert eine Reise den Blick auf die Heimat? Oder eine Arbeit auf dem Friedhof die Beziehung zum Tod? Die Geschichten stammen aus Bern und der ganzen Welt und werden in Schweizerdeutsch, Deutsch, Französisch und Englisch erzählt.

Die Ausstellung «A Mile in My Shoes» entstand in Kooperation mit «Empathy Museum». Dieses wurde von der Londoner Künstlerin Clare Patey ins Leben gerufen und erforscht seit 2015, wie unsere persönlichen Beziehungen durch Empathie gestärkt werden können.





## Das Veranstaltungsprogramm

Verschiedene Veranstaltungsformate laden ein zum Erkunden der eigenen Empathiefähigkeit.

- > **Wissen zum Zmittag:** Eine Fachperson serviert in der Mittagspause einen Wissenshappen über Empathie in der Liebe, in der Arbeitswelt, in der Kindererziehung oder in alltäglichen (Selbst-)Gesprächen. Das Mittagsessen darf mitgebracht werden. Für das Gehirnfutter und den Verdauungskaffee ist gesorgt.
- > **Meditation als Empathietraining:** In einer Haltung von stiller Konzentration wird versucht, Gefühle von Freundlichkeit und Wärme aufzubauen, zunächst für sich selbst und für nahestehende Menschen, danach auch für Menschen, die man nicht mag oder einem fremd sind.
- > **Tavolare:** Wir laden zu einem Vier-Gänge-Menü und zu Gesprächen mit Menschen, die Empathie wissenschaftlich erforscht haben oder sie im Alltag immer wieder bewusst anwenden. Zum Beispiel teilen ein Neurologe, eine Sozialarbeiterin im Gefängnis, ein Seelsorger oder eine Anästhesistin ihr Wissen und ihre Erfahrungen beim gemeinsamen Essen.
- > **Gefühlvolle Kindergeschichten:** Im «Bärner Märlihuus» tauchen Kinder in wunderliche Gefühlswelten von Märchenfiguren und Fabelwesen ein. In Kooperation mit dem Anzeiger Region Bern und Prisca Saxer.
- > **Workshops für Schulen gegen Hate Speech:** Hate Speech begegnet uns an unterschiedlichen Orten – auf dem Pausenplatz, in Sozialen Medien oder auf Newsportalen. Dabei ist Hate Speech nicht immer einfach zu erkennen. Im Workshop lernen Schüler:innen, was Hate Speech ist, warum sie verletzt und wie sie vermieden werden kann. In Kooperation mit «baba academy».

Bildmaterial und Audios aus der Ausstellung: [Medienmaterial](#)

Informationen zu Ausstellung und Veranstaltungsprogramm: [www.begh.ch/empathie](http://www.begh.ch/empathie)

**Medienanfragen:** Andy Hochstrasser, Kommunikation Berner Generationenhaus, 031 328 87 04

Das Berner Generationenhaus ist ein einzigartiger Ort der Begegnung und des Dialogs. Mit seinem Angebot will es den gesellschaftlichen Zusammenhalt und die Beziehungen zwischen den Generationen stärken. Es richtet den Fokus auf Themen, die Generationen bewegen, und lädt mit Ausstellungen und Veranstaltungen zum Austausch ein. Nach «forever young. Willkommen im langen Leben» und «Denkmal 2051» ist «A Mile in My Shoes» die dritte Ausstellung im Berner Generationenhaus.