



Offenes Seminar

Konfliktkompetenz stärken

Der sichere und konstruktive Umgang mit Konflikten

Von Konflikten sprechen wir meist erst dann, wenn bereits offener Streit oder eisiges Schweigen herrscht – sei es im beruflichen Umfeld, in der Nachbarschaft, in der Familie oder im Bekanntenkreis. Der eigentliche Konflikt beginnt aber schon viel früher, nämlich dann, wenn unterschiedliche Vorstellungen aufeinanderprallen. Dabei gehören Konflikte zu unserem Alltag. Wichtig ist daher, Konflikte als Chance zu begreifen, sie mutig und vor allem mit hilfreichen Methoden anzugehen, anstatt sich von ihnen all unsere Energie rauben zu lassen.

Zielgruppe:

Personen, die ihre Konfliktkompetenz stärken möchten

Ziel:

Sie kennen Ihre eigenen Denk- und Verhaltensmuster in Konfliktsituationen. Sie gewinnen Sicherheit im Umgang mit Konflikten. Sie lernen neue kommunikative Methoden kennen, die Sie bei der konstruktiven und für beide Seiten gewinnbringenden Konfliktbearbeitung unterstützen.

Programm:

- Konstruktive Konfliktbewältigung – der mediative Ansatz in der Konfliktlösung
- Was ist eigentlich ein Konflikt?
- Konfliktquellen identifizieren: wodurch Konflikte entstehen und wie sie sich entwickeln.
- Wie kann ich erste Warnsignale erkennen?
- Die Bedeutung der eigenen Muster reflektieren
- In Konfliktsituationen wirkungsvoll kommunizieren

Methode:

Input, Diskussion, praktische Übungen

Dauer:

Zwei Tage oder n.V.

