

## **Konfliktmanagement**

### **Mein Konfliktverhalten und dessen Auswirkungen**

#### **Ziele:**

In diesem Seminar lernen Sie Ihre eigenen Konflikt-muster kennen und erkennen, welche Auswirkungen Ihr Konfliktverhalten zu sich selbst und zu anderen hat. Sie lernen Ihre "eigene Bedienungsanleitung", nach der Sie in Konfliktsituationen handeln, besser kennen und haben dadurch die Chance, bewusster Konflikte zu erleben und andere Verhaltensweisen auszuprobieren. Sie werden sich bewusst machen, was Sie an Konflikten verletzt und wo Ihre persönliche "Gürtellinie" ist, ab der es wehtut. Und Sie lernen, wie Sie mit Angriffen und Situationen der gegenseitigen Abwertung so umgehen können, dass wieder Gewinner-Gewinner-Beziehungen möglich sind. Die Verbesserung Ihrer Konfliktfähigkeit wird Ihre soziale Kompetenz deutlich steigern und Ihnen zugleich mehr Gelassenheit und Ruhe schenken.

#### **Teilnehmer:**

Mitarbeiter, die Ihr Konfliktverhalten unter die Lupe nehmen und verändern wollen.

#### **Voraussetzungen:**

Bringen Sie einen möglichst aktuellen Konfliktfall bzw. ein Anliegen zur Bearbeitung aus Ihrem Alltag mit in das Seminar.

#### **Inhalt:**

Das Verstehen der eigenen Konfliktmuster und ihrer Auswirkungen, die Reflexion von Konfliktsituationen, das Ausprobieren von lösungsorientierten Bewältigungsansätzen und Rollenspiele zu selbst erlebten Konfliktsituationen ermöglichen Ihnen Antworten zu folgenden Fragestellungen zu finden:

- Welches typische Verhalten praktiziere ich in Konfliktsituationen und wie wirkt sich dieses auf meine (Konflikt-)Partner aus?
- Welche Erfahrungen prägen meinen Konfliktstil und wie kann ich damit bewusst umgehen?
- Welche Tendenzen bevorzuge ich in meinem Konfliktverhalten und wie gehe ich mit meinen persönlichen Konfliktanteilen um?
- Wie gehe ich mit scheinbar nicht lösbaren Konflikten um?
- Wie wehre ich Angriffe erfolgreich und lösungsorientiert ab?
- Wie gehe ich mit Abwertungen um und wie lenke ich die Energie, die ein Konflikt frei setzt in eine konstruktive Richtung?
- Wie kann ich durch eine konstruktive Konfliktlösung meine Beziehungen verbessern?



**Methoden:**

- Inputs aus Konflikttheorie und Konfliktforschung
- Einzelarbeit zur persönlichen Reflexion
- Bearbeitung von Konfliktfällen aus der Praxis
- Kleingruppenarbeit, bei Bedarf Einzelberatung,
- Bei Bedarf Aufstellung zum Erkennen von (strukturellen) Konflikten

**Hinweis:**

Für Führungskräfte, die oft auch eine vermittelnde Funktion in Konflikten haben, bieten wir Ihnen das Seminar "Konfliktmanagement für Führungskräfte" an.

<b>Seminargröße:</b>	6-12 TeilnehmerInnen
<b>Dauer:</b>	3 Tages Seminar
<b>Seminarort:</b>	Riederau am Ammersee
<b>Kosten:</b>	1.245,- € zzgl. MwSt.inkl. Tagungspauschale (inkl. Kaffeepausen und Mittagessen)
<b>Trainerin:</b>	Andrea Felde von INVENZIO Training und Consulting

