

Martina Weisel

Telefon: 06132-442577

Mobil: 0172-6140559

mail@kluge-wege-gehen.de



Seminartitel: Konflikt als Chance

Wir alle haben Konflikte in unserem Alltag. Auch wenn wir versuchen, sie zu ignorieren, sie weg zu denken, zu verdrängen, sie lösen sich nicht in Luft

auf. Sie bleiben. Warum scheuen wir oft vor Konflikten zurück? Ist Harmonie um jeden Preis wirklich so erstrebenswert? Schafft konsequente Harmonie mehr Lebensqualität? Welche Chance kann in einem Konflikt schon liegen?

Im Kurs werden Ihnen die theoretischen Hintergründe, die Konfliktdynamiken vorgestellt. Ziel ist es, im alltäglichen Leben (beruflich und privat) Konfliktsituationen bewusster bewältigen zu können, in ihnen immer häufiger etwas Konstruktives zu sehen.

Es sollen die Voraussetzungen erarbeitet werden, dass Sie durch Situationsanalyse und Selbstwahrnehmung Konfliktsituationen erkennen und mit ihnen souverän umgehen lernen.

Inhalte (u.a.):

- Konfliktarten, Konfliktmerkmale
- Konflikt-Eskalation (Konfliktstufen nach Glasl)
- de-eskalierende Techniken
- Heiße und Kalte Konflikte
- ab wann ist, z.B. eine Mediation sinnvoll
- Konflikt-handhabung (durchsetzen, vermeiden, kooperieren, nachgeben)
- Das Harvard-Konzept (u.a. win-win-Situation)
- Was hält uns davon ab, in einen Konflikt zu gehen?
- Analyse von Beispielen aus Beziehung, Beruf
- etc.