

Wenn schon streiten, dann richtig: Konflikte konstruktiv ansprechen und lösen

Ziele

Überall dort, wo Menschen zusammenleben und arbeiten, entstehen Konflikte. Egal, ob es dabei um unangemessenes Kommunikationsverhalten, Stresssituationen oder Missverständnisse geht: Viele neigen zu emotionalen Überreaktionen, die in Streitgesprächen eskalieren können. Andere gehen Auseinandersetzungen lieber ganz aus dem Weg, anstatt sie aktiv anzugehen und zu bewältigen. Konfliktlösung heißt aber, Konflikte angemessen anzusprechen und auszutragen und sie als Chance für eine partnerschaftliche und effektive Zusammenarbeit zu nutzen.

Ziel dieses Seminars ist es, die Teilnehmenden zu befähigen, einen Konflikt konstruktiv anzusprechen und zu lösen. Zudem werden die Teilnehmenden in die Lage versetzt, (mögliches) Konfliktpotenzial zu verringern.

Mögliche Inhalte

- Der Umgang mit Konflikten
Die eigene Einstellung zu Konflikten | Konfliktarten | Chancen von Konflikten
- Ansatzpunkte zur Konfliktbewältigung
Konstruktive Konfliktbewältigung | Stärkung der eigenen Konfliktfähigkeit: Persönliche Potenziale nutzen und eigene Konfliktmuster erkennen und ggf. verändern
- Konflikte konstruktiv ansprechen
Du-/Sie-Botschaften | Ich-Botschaften | Aktives Zuhören | Konfliktansprache „SAG ES!“ | Exkurs: Eigene Interessen konstruktiv ansprechen
- Konflikte konstruktiv lösen
Gesprächsführung in Konfliktsituationen | Eskalationsstufen von Konflikten | Erfolgreiche Strategien zur Konfliktlösung

Ergänzender Inhalt bei Führungskräfte-Trainings

- Konflikte managen als Führungsaufgabe
Die Führungskraft als Konfliktmoderator

Umfang | Methodik

2 Tage | Während des Trainings steht die Eigenarbeit der Teilnehmenden im Vordergrund, theoretische Inputs beschränken sich auf das Wesentliche. Einzel- und Gruppenarbeit, Übungen, Gesprächstrainings und Fallbeispiele und aus der Praxis unterstützen die Theorie und regen zur Selbstreflexion an. Ein moderierter Erfahrungsaustausch schafft weitere Erkenntnisse über das eigene Verhalten in Konfliktsituationen.

Auf Wunsch ist es auch möglich, das Training als 1-Tages-Training mit entsprechender inhaltlicher Anpassung zu konzipieren.

**Honorar |
Leistungsumfang**

900 - 1.300 Euro pro Tag zzgl. USt. und ggf. Reisekosten
Trainingsdurchführung, Teilnehmermaterial als pdf und
Fotodokumentation

Auf Wunsch kann das Training durch Selbstlern-Material, Webinare
und/oder Einzelcoachings ergänzt werden.

**Bereitstellung
seitens des
Auftraggebers**

Seminarraum mit üblicher Ausstattung (Flipchart, Pinnwände, Beamer)