

# Seminar: Konflikt als Chance

<b>Kurzbeschreibung</b>	Wo Menschen zusammenarbeiten sind Meinungsverschiedenheiten unvermeidbar. Daraus kann sich schnell ein handfester Konflikt entwickeln, der sich auf die Leistungsfähigkeit und die Stimmung aller Beteiligten auswirkt. Der lösungsorientierte Umgang mit schwierigen Situationen und Menschen erfordert eine hohe Sozialkompetenz sowie Verhandlungsgeschick. Wer um die entsprechenden Interventionen weiß, kann sich psychisch abgrenzen und Spannungen abbauen. Konflikte als Chance, indem wir ihn und unseren Anteil daran (Konfliktmuster) frühzeitig erkennen und entschärfen.
<b>Zielsetzung</b>	Sie ... → reflektieren das eigene Konfliktmuster → lernen die 5 kommunikativen Stressmuster kennen → nehmen Impulse zur Überprüfung Ihrer Streitkultur mit nach Hause → erhalten Einblick in die Konflikt-Prävention → kennen Möglichkeiten, sich mental und körperlich schnell in einen guten Zustand zu bringen, um den Konflikt zu deeskalieren
<b>Inhalte</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>☯ Selbsttest: Kommunikatives Stressmuster</li> <li>☯ Die 5 kommunikativen Stressmuster nach V. Satir</li> <li>☯ Die 9 Deeskalationsstufen nach F. Glasl</li> <li>☯ Konflikt-Prävention: Zusammenhang von Denken-Fühlen-Handeln</li> <li>☯ Soforthilfen zur Stressregulation und Deeskalation</li> </ul>
<b>Methodik</b>	theoretische Kurzinputs, Selbsttest, Gruppenarbeit, Diskussionsrunden, Kurzinterventionen auf Denk-, Gefühls- und Körperebene
<b>Zielgruppe</b>	Alle, die Ihr Konfliktverhalten überprüfen und konstruktiver werden möchten
<b>Teilnehmerzahl</b>	mind. 6; max. 12
<b>Trainerin</b>	Irène Wüest, lic.phil. SkillCoach, Organisations- und Kommunikationsberaterin
<b>Datum/Zeit</b>	auf Anfrage / ½ - 1 Tag
<b>Ort</b>	nach Ihrem Wunsch
<b>Kosten</b>	auf Anfrage