

Veranstaltungsnummer: 16L422208
Datum: 19./20.06.2017
Ort: LISUM Ludwigsfelde-Struveshof
Zeit: 1.Tag 09:00-17:00 Uhr / 2.Tag 09:00-15:00 Uhr

Wirkungsvoll und überzeugend auftreten (2) – Konfliktsituationen lösen

Eine Krise oder ein Konflikt kommen immer zum falschen Zeitpunkt, stehen meist nicht im Terminkalender und melden sich normalerweise vorher auch nicht an. Doch besonders in kritischen oder kontroversen Auseinandersetzungen ist es wichtig, die eigene Position souverän und authentisch zu vertreten.

In dem Seminar lernen die Teilnehmenden, Konflikte frühzeitig wahrzunehmen und respektvoll und lösungsorientiert zu agieren. Sie reflektieren den eigenen Konfliktstil und erkennen Bedürfnisse und Gefühle aller Beteiligten – einschließlich der eigenen Person. Ziel ist es, mit einer größeren Flexibilität einen größtmöglichen, klärenden Nutzen aus dem Konflikt zu generieren.

Die Übungen und Rollenspiele werden zum Teil mit der Kamera dokumentiert und anschließend ausgewertet.

Inhalt

- Austausch über die (zwischenzeitlich) gemachten Erfahrungen
- Reflexion der persönlichen Konflikt- und Kommunikationsmuster
- Grundlagen der Konfliktentstehung (Definition von Sach- und Beziehungseben etc.)
- Umgang mit Emotionen in schwierigen Gesprächssituationen
- Haltung und eigene Orientierung in der Vorbereitung finden
- sicheres Einleiten von schwierigen Gesprächen
- vom „Gegner“ hin zum Menschen – partnerorientierte Kommunikation mit angriffsfreien Formulierungen
- emotionale Kompetenz als Basis einer größeren Flexibilität im Konfliktfall
- einfach umsetzbare Kurzmethoden für Entspannung und Regeneration im Alltag