

Workshop „Individuelles Konfliktmanagement“

Trainerin: Christiane Hellwig

Di, 2. Oktober 2018, 13.30–17.00 Uhr
Raum S06 S00 B32

Ziele

Dort, wo Menschen miteinander zu tun haben, sind Missverständnisse und Konflikte häufig eine natürliche Folge. Denn Menschen haben unterschiedliche Bedürfnisse, Interessen, Ziele. So können aus scheinbar geringen Anlässen, emotional aufgeladene Situationen entstehen, aus denen aktuelle oder dauerhafte Konflikte wachsen: der Kollege, der seine Termine nicht einhält oder die Mitarbeiterin, die sich nicht an die verabredeten Vorgaben hält. Manchmal werden dann Dinge gesagt oder getan, die im Nachhinein bedauert werden, oder der Konflikt endet in ohnmächtiger Sprachlosigkeit. Hier umsichtig und konstruktiv agieren zu können, ist eine wünschenswerte Fähigkeit.

Und nicht immer gelingt es, die zuvor vorgenommene Handlungsstrategie dann auch durchzuführen. Denn gewohnte Verhaltensmuster lassen uns „automatisch“ handeln. Welche Muster steuern das individuelle Handeln, welche Rolle spielen dabei Emotionen und Kognition und welche Lösungsstrategien ergeben sich daraus in Konflikten?

Im Workshop wird diesen und anderen Fragen mit dem Ziel nachgegangen, Impulse zur Reflexion individueller Konflikthaltung und konstruktiver Kommunikationsmöglichkeiten zu setzen.

Inhalte:

- Ursachen und Merkmale von Konflikten
- Einfluss eigener Werte und Bedürfnisse
- Unterschiedliche Konflikttypen erkennen
- eigene Frühwarnsysteme ergründen
- alternative Handlungsmöglichkeiten entwerfen