

Workshop „Individuelles Konfliktmanagement“

Datum: Mi, 2. Oktober 2019, 13.30–17.00 Uhr

Raum: S06 S00 B41

Trainerin: Christiane Hellwig

Workshop-Beschreibung

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. Hier umsichtig und konstruktiv agieren zu können, ist eine wünschenswerte Fähigkeit.

Doch 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
- eigene Frühwarnsysteme ergründen
- alternative Handlungsmöglichkeiten entwerfen