

In Balance mit mir und anderen

Konfliktmanagement

Konflikte schwächen und belasten. Im Arbeitskontext vermiesen sie den Alltag und erzeugen Stress. Sie verhindern oftmals die positive Erledigung der Aufgaben und führen schlimmstenfalls zu Ausfällen oder Kündigungen. Dies fördert nicht nur ein schlechtes Arbeitsklima, sondern führt zu erheblichen Kosten für das Unternehmen.

In diesem Seminar erleben die Teilnehmer eine intensive Auseinandersetzung mit dem Thema und erfahren, wie trotz Konflikten eine gelungene Zusammenarbeit im Beruf möglich ist.

Seminarziel

- konflikt sensible Mitarbeiter, die ihr eigenes Konfliktpotential kennen und dadurch imstande sind, Konflikte zu vermeiden oder
- aufgrund von tieferem Verständnis und Know-how fähig sind, Konflikte zu lösen und Eskalationen zu vermeiden
- Information und Unterstützung zur Lösung bereits bestehender Konflikt-Situationen
- Prävention psychischer und physischer Erkrankungen

Inhalte

- **“Con fligere” - Konflikte verstehen**
Entstehen von Konflikten, Grundformen des menschlichen Verhaltens und ihre Auswirkungen auf unser Gehirn, persönliche Konfliktanalyse und Kommunikation als Gefühlsübertragung
- **“Kooperieren statt Konfligieren”**
Erkennen des eigenen Konfliktpotentials, Entwicklung von Frühwarnsystemen, die Begegnung mit dem inneren Drachen und praktische Tipps zum Umgang mit Ärger
- **“Wenn’s wirklich brenzlich wird”**
Erste Hilfe-Maßnahmen durch ein positives Mindset als Grundlage, Drama-Analyse zur Orientierung und das Konflikt-Gespräch als Rollenspiel
- **“Knopferldrücker und Provokateure”**
warum wir immer wieder an die gleichen geraten - erklärt durch das “Resonanzgesetz”, wo unsere Wut sich im Körper versteckt, Verstrickungen lösen und Vergebung fühlend verstehen

Mag.^a
Martina
Pichler

Angebot

1-Tages-Seminar (8 Stunden)

Seminarsprache: Deutsch

offen für alle Alters- und Berufsgruppen

Raumanforderungen: ruhiger Raum, Flipchart, Beamer, evtl. Sitzpolster und/oder Decken

max. 14 Teilnehmer

Kosten auf Anfrage

