

# Klartext statt Krawall

## Konfliktmanagement für starke Teams

Konflikte im Arbeitsumfeld können nicht nur das Betriebsklima belasten, sondern auch die Produktivität erheblich beeinträchtigen. Sie führen zu Stress, behindern die erfolgreiche Erledigung von Aufgaben und können im schlimmsten Fall zu Fehlzeiten und Kündigungen führen. Solche Situationen verursachen nicht nur Unruhe im Team, sondern auch hohe Kosten.

Mit diesem Seminar biete ich Ihren Mitarbeitern die Möglichkeit, sich intensiv mit dem Thema auseinanderzusetzen. Sie lernen anhand theoretischer Inhalte und praktischer Übungen wie sie auch in herausfordernden Situationen konstruktiv zusammenarbeiten und Konflikte als Chance für eine positive Entwicklung nutzen können.

### Inhalte

#### Con fligere – Konflikte verstehen

- Ursachen, Entstehung von Konflikten
- grundlegende Verhaltensmuster und deren neuropsychologische Auswirkungen

#### Kooperieren statt Konfligieren

- Erkennen des eigenen Konfliktpotenzials
- Strategien zur Bewältigung von Ärger
- Aufbau eines positiven Mindsets als Basis für Konfliktlösung

#### Wenn's wirklich brenzlig wird

- Erste Hilfe bei akuten Konfliktsituationen
- psychologische Tipps für eine konstruktive Konfliktkommunikation
- Rollenspiele für Konfliktgespräche

#### Knopferldrücker und Provokateure

- warum wir immer wieder in ähnliche Konflikte geraten
- die versteckte Wut im Körper erkennen und verstehen
- Verstrickungen lösen: Wege zu mehr innerer und äußerer Balance
- Vergebung als Schlüssel zur nachhaltigen Konfliktlösung

### Seminarziele

- **Förderung der Konfliktlösungskompetenz:** Erkennen des eigenen Konfliktpotenzials und Aufbau von Fähigkeiten, um Konflikte konstruktiv zu lösen und Eskalationen zu verhindern
- **Unterstützung bei bestehenden Konfliktsituationen:** Bereitstellung von Informationen und Strategien zur effektiven Lösung aktueller Konflikte
- **Verbesserung des Mitarbeiterwohlbefindens und der Unternehmenskultur** durch Konfliktprävention und Stressreduktion

Mag.<sup>a</sup>  
Martina  
Pichler

### Angebot

1-Tages-Seminar Inhouse (8 Stunden)

Seminarsprache: Deutsch

offen für Interessierte aller Alters- und Berufsgruppen

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

max. 20 Teilnehmer

Kosten auf Anfrage

