

Konfliktmanagement

Seminar I: Grundlagen Konfliktmanagement

Das Seminar beginnt mit einem schriftlichen Test zur Einschätzung der eigenen Konfliktkompetenz. Es ist wichtig zu wissen wie man selbst in Konfliktsituationen reagiert, d. h. welchem Konflikttyp man zuzuordnen ist. Vertiefend werden die eigenen Stärken und Schwächen herausgearbeitet.

Die kurze Einführung in die Konflikttheorie (Definition und Einordnung in verschiedene Konfliktarten) endet mit dem Hinweis wie Konflikte in 3 Schritten zu lösen sind: den Konflikt erkennen – ihn verstehen – und handeln.

Dies wird an praktischen Beispielen geübt.

Nach dem Mittagessen beginnt die theoretische Einführung in die Kommunikation.

Es werden die Handwerkszeuge „Saubere Sprache“, der Einfluss der „persönlichen Selbstkontrolle“ und eines „gesunden Selbstwertgefühls“ sowie das „eigene Verhalten“ beleuchtet.

Im anschließenden Übungsteil werden diese Fähigkeiten trainiert und ausgebaut.

Seminar II: Aufbaukurs Konfliktmanagement

Das Aufbauseminar wiederholt bereits erworbene Kenntnisse aus dem Grundseminar, vertieft Wissen aus den Bereichen Kommunikation und Konfliktbewältigungsstrategien.

Der Schwerpunkt dieses Seminars liegt bei der Umsetzung erworbener Techniken und Wissen. Durch Übungen wird der Blick auf eigene Problemstellungen geworfen und persönliche Konfliktstrategien überprüft.

Die Umsetzung der Theorie erfolgt in praxisbezogene Übungen. Rollenspiele runden das Seminar ab.

Seminar III: Umgang mit Ärger und Frustration

Neueste Gehirnforschungen belegen, dass es besser ist Ärger und Frustration schnellstens aufzulösen, indem man sich davon löst. Sonst bilden sich Schaltungen im Gehirn, die negative Gefühle speichern und verstärken. Es fällt dann immer schwerer, sich zu beruhigen und den klaren Blick zu behalten. Ärger macht krank.

Dies ist nicht nur im familiären Bereich sondern auch im Berufsleben von großer Bedeutung.

Es werden Wege aufgezeigt, den Ärger loszulassen und angemessen zu bearbeiten. Die Methoden sind effektiv, schnell anzuwenden, leicht zu erlernen und meistens sofort wirksam.

Übungsbeispiele vertiefen erworbenes Wissen und geben Sicherheit.

Hinweis zu den Seminaren

Die Seminare sind zeitlich auf 1 Tag mit 8 Stunden begrenzt. Dies bedeutet, dass der Schwerpunkt auf dem Praxisteil mit Übungen am Fallbeispiel liegt.

Das theoretische Hintergrundwissen wird so ausführlich wie nötig und so kompakt wie möglich eingeführt.

Die Seminare werden auch als Inhouse-Seminare angeboten

Krisenintervention und Einsatznachsorge

Mitarbeiter spezieller Wirtschaftsbereiche (Banken, Sicherheitsfirmen, ...) sind immer mal wieder schwierigen und eventuell traumatisch belastenden Situationen ausgesetzt und bedürfen besonderer Betreuung.

Praxis für Konfliktmanagement und Krisenintervention



Astrid Loy

Kauffrau

Mediatorin für Familie Arbeit und Beruf
(BMWA)

in Kooperation mit dem Fraunhofer
Institut für Arbeitsorganisation IAO

Mitglied im Kriseninterventionsteam der
Johanniter Unfallhilfe Stuttgart

Psychosoziale Fachkraft im
Einsatznachsorgeteam Süd der
Johanniter Unfallhilfe

Bodelschwinghstr. 18c
70597 Stuttgart

**Büro: Stuttgarter Str. 14, 70734
Fellbach**

mobil +049(0)178-1083863

loy.al@t-online.de

www.konfliktmanagement-praxis.de

Konfliktmanagement und Krisenintervention



Wege finden –
Brücken bauen