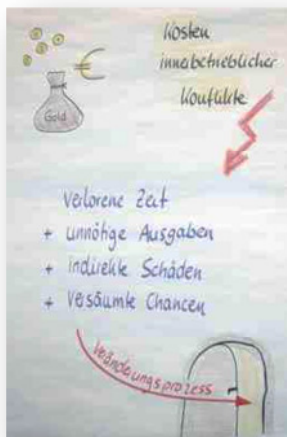


## Konflikte als Chance

**Wenn man mit jemandem länger als 20 Minuten über eine Sache redet, lohnt es sich zu überlegen, ob man wirklich über die Sache redet.**



Wenn zwei Elemente gleichzeitig gegensätzlich oder unvereinbar sind, spricht man von einem Konflikt. Elemente sind Gedanken, Wünsche, Verhaltensweisen, Absichten, Beurteilungen, Bewertungen, Personen oder Gruppen.

Konflikte sind normal, es gibt sie (fast) überall. Meistens wirken sie jedoch belastend und können sich, wenn sie nicht gelöst werden, ungünstig auf die direkten Beteiligten, aber auch auf das Umfeld auswirken.

Deshalb ist es wichtig, mit Konflikten konstruktiv umgehen zu können.

### Seminarinhalte

- Konfliktsymptome
- Konfliktursachen
- Konfliktarten
- Konfliktstrategien und deren Auswirkungen
- Konfliktvermeidung
- Konfliktlösungen
- Konflikte schlichten
- Gesprächsführung bei Konfliktsituationen
- Gewaltfreie Kommunikation

### Seminarmethoden

- Rollenspiele
- Simulierte Gesprächssituationen
- Übungen
- Gruppenarbeit
- Individuelle Beratung
- Analyse von Konfliktfällen aus dem beruflichen Alltag
- Theoretischer Input