

# Konfliktmanagement – Konflikte souverän aushalten und erfolgreich managen

## Inhalt und Ziele

Wo Menschen miteinander leben, gibt es zwangsweise Konflikte, erst recht in der Arbeitswelt. Dabei sind Konflikte nicht zwingend negativ: Sie bergen auch ein großes Potenzial für die individuelle Weiterentwicklung und sind notwendige Voraussetzung für ein erfolgreiches Miteinander. Entscheidend ist jedoch, dass wir über Fähigkeiten und Strategien verfügen, Konflikte anzugehen, auszuhalten und konstruktiv auszutragen, damit sie sich nicht schädlich für den Erfolg im Job und auf die Gesundheit auswirken.

## Themen

- Was Konflikte sind und welche möglichen Ursachen sie haben.
- Eigener Konflikt-handhabungsstil: Chancen nutzen und Risiken erkennen.
- Warum Konflikte häufig eskalieren und welche Strategien helfen, wirksam gegenzusteuern und zu deeskalieren.
- Skills und Tools zu folgenden spezifischen Konfliktmanagement-Fertigkeiten:
  - erfolgsversprechend aber angemessen „Nein“ sagen
  - aufgebrachte Mitmenschen beruhigen
  - souverän auf (vermeintliche) Verletzungen reagieren

## Leitung

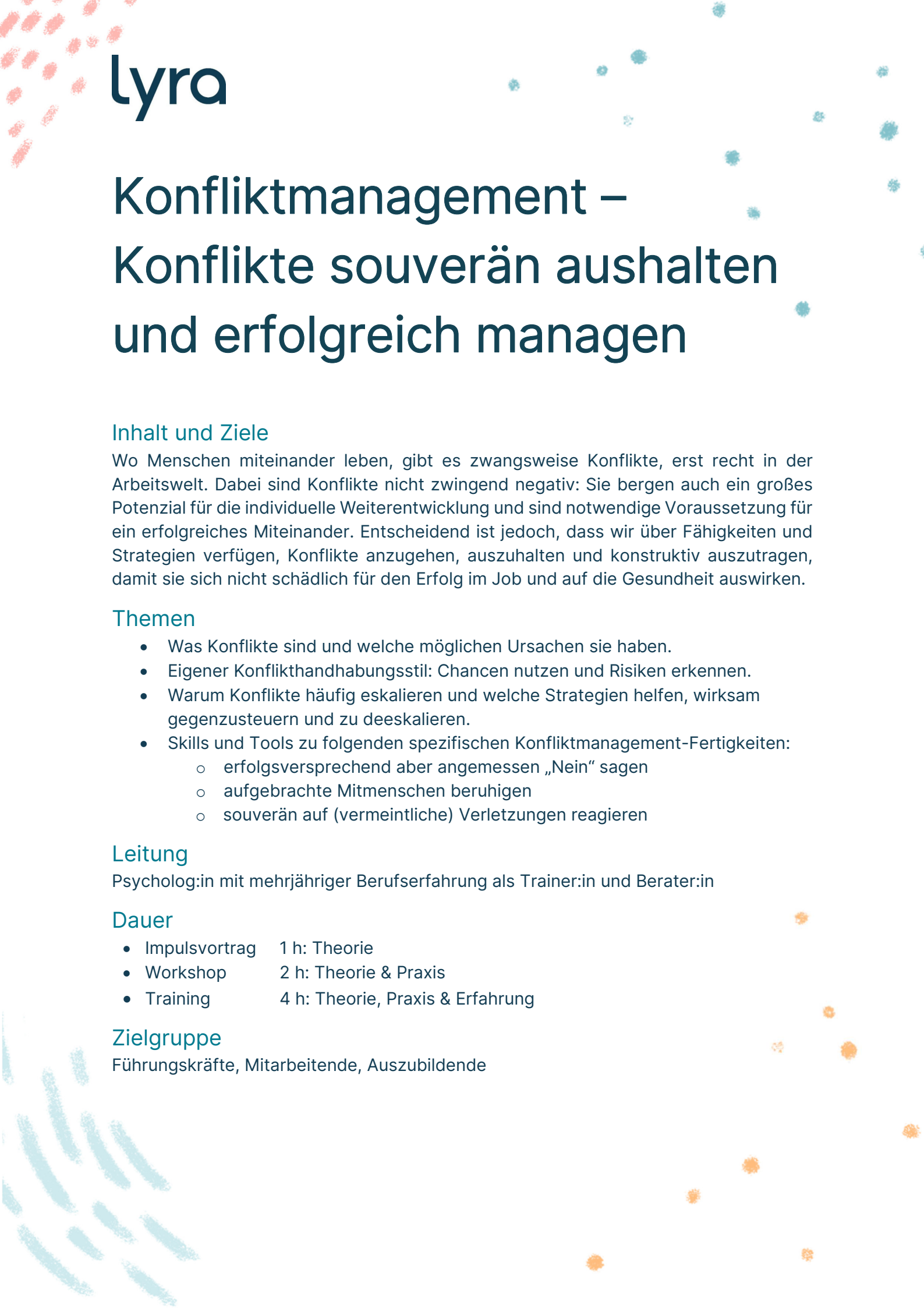
Psycholog:in mit mehrjähriger Berufserfahrung als Trainer:in und Berater:in

## Dauer

- Impulsvortrag 1 h: Theorie
- Workshop 2 h: Theorie & Praxis
- Training 4 h: Theorie, Praxis & Erfahrung

## Zielgruppe

Führungskräfte, Mitarbeitende, Auszubildende

The page is decorated with various hand-drawn style elements. In the top left corner, there are several red dots of varying sizes. In the top right corner, there are several light blue dots. In the bottom right corner, there are several orange dots. In the bottom left corner, there are several light blue curved lines.