

Konflikt- und Kommunikationstraining

Ein Angebot von:

Brigitte Schäfer

Coaching | Beratung | Training

Training zur Förderung der Kommunikations- und Konfliktfähigkeit

Konflikte kommen überall vor und gehören zum Alltag. Sie gehören zum Leben, weil Menschen unterschiedlich sind, unterschiedliche Charaktere, Bedürfnisse und Interessen haben.

Konflikte führen zu Spannungen und können eskalieren. Weil Konflikte häufig solch störende Einflüsse haben, sind sie unwillkommen und werden ignoriert oder verdrängt.

Fehlendes Konfliktmanagement verursacht jedoch massive Probleme. Konflikte, die nicht angesprochen und angemessen geregelt werden, eskalieren und werden manifest. Sie werden zu unüberwindbaren Barrieren und hemmen langfristig die Produktivität und Leistungsfähigkeit einer Organisation.

Belastungen zeigen sich dann z.B. in hohen Fehlzeitenquoten, innerer Kündigung und mangelhafter Informationsweitergabe. Leistungsverluste mindern Arbeitszufriedenheit und Motivation, und damit das Betriebsergebnis.

Ein Konflikt kann aber auch wie ein Motor sein, der aus einer festgefahrenen oder sich im Stillstand befindenden Situation befreit – er kann ein wichtiges Element zur Weiterentwicklung von (Arbeits-)beziehungen und -prozessen sein, wenn er konstruktiv und kompetent einer Lösung zugeführt wird. Denn dann gewinnt die Beziehung der Konfliktpartner an Stärke und Vertrauen und die Organisation als Ganzes kann sich weiterentwickeln.

Konflikte kompetent und konstruktiv zu bewältigen erfordert neben dem Wissen um Konfliktdynamik, Konfliktarten und -typen auch grundlegende Kommunikationskompetenzen zum Führen von Konfliktgesprächen. Wichtig sind auch die Fähigkeit zur Selbstreflexion und Einsicht in das eigene Konfliktverhalten und den eigenen Konfliktstil.

Wie kann ein Konflikt konstruktiv angesprochen werden? Wie können die mit einem Konflikt einhergehenden Emotionen aufgegriffen und in die Konfliktlösung integriert werden? Wie geht aktives Zuhören, wie ein Perspektivenwechsel? Wie können durch die Veränderung von Kommunikationsverhalten und -stil Konflikte auch vermieden werden?

Dies alles sind Inhalte und Fragen, die im Training der Kommunikations- und Konfliktfähigkeit beantwortet und geübt werden.

Mein Angebot

Ein Konflikt- und Kommunikationstraining, durch das die Teilnehmer/-innen lernen, offener und schneller im Konfliktfall zu kommunizieren, so die Konflikteskalation zu vermeiden und zu einer guten Kommunikationskultur im Unternehmen beizutragen.

Inhalte

- Konfliktdefinition/-ebenen
- Konfliktarten und -lösungen
- Chance von Konflikten
- Reflexion des eigenen Konfliktverhaltens
- Konfliktodynamik und Eskalationsstufen des Konflikts
- Umgang mit Kritik
- Aktives Zuhören
- Umgang mit Emotionen
- Vier Seiten einer Nachricht/Vier Weisen zu Hören

Methoden

- Theorieinput/Kurzvorträge
- Einzelarbeit/Lernpartnerschaft
- Kleingruppenarbeit
- Gruppendiskussion
- Reflexionsübungen
- Reflecting Team/Kollegiale Beratung
- Rollenspiel/Handlungsproben

Nutzen für den Einzelnen

- Gestaltung von situationsgerechter und wertschätzender Kommunikation
- Konflikte erkennen und einschätzen lernen
- Verbesserung der Empathiefähigkeit
- Besserer Umgang mit den im Konflikt auftretenden Emotionen
- Erweiterung der Handlungsspielräume

Setting

Je nach Bedarf Ein- bis Zwei-Tagesseminar mit max. 12 Teilnehmer/innen

Die Trainerin

Brigitte Schäfer

Coaching | Beratung | Training
www.schaefer-coaching.com

Kontakt:

Reinhold-Schick-Platz 4
71083 Herrenberg
07032-37 56 33
kontakt@schaefer-coaching.com



Qualifikationen

- Diplom-Psychologin
- Diplom-Theologin
- zertifizierte Management-Coach (Loquenz)
- Trainerin (IHK)
- Stressverhaltenstrainerin (Institut für Mensch und Management, Angelika Wagner-Link)

Arbeitsschwerpunkte

Coaching:

Einzel- und Teamcoaching in Konflikt- und Veränderungsprozessen sowie zum Aufbau von Schlüsselqualifikationen

Betriebliches Gesundheitsmanagement:

Stressbewältigungstraining (als Präventionsmaßnahme gemäß SGB V § 20)

Konfliktberatung:

Training Konfliktmanagement, Ausbildung innerbetrieblicher Konfliktberater

Wertemanagement:

Wertecoaching, Leitbildentwicklung

Kommunikation:

Grundlagen Kommunikation, Training konstruktives Feedback als Führungsinstrument

Kooperationen

[unique! e.V. Unternehmerinnen Region Böblingen](#)

[Arbeitskreis Evangelischer Unternehmer in Deutschland e.V.](#)