

„Wunderbar vertrauensvolle, professionelle Atmosphäre, die geholfen hat, sich seinen Konflikten konstruktiv zu widmen und Lösungswege zu finden.“

(Teilnehmerin, 2016)

Der Konfliktnavigator: Konfliktlösung mit Kreativität und Konzept

Ziel

In diesem Workshop können Sie einen aktuellen Konflikt am Arbeitsplatz in einem strukturierten Coaching-Prozess analysieren und passende Handlungsoptionen entwickeln.

Inhalte

- Konflikt beschreiben und analysieren
- Zielklärung
- Stärkung von Selbstwert und Selbstwirksamkeit
- Erkennen und Würdigen eigener Bedürfnisse und Interessen
- Regulation eigener Emotionen wie Ärger oder Hilflosigkeit
- Grenzen setzen und Position beziehen
- Annäherung, Einigung, Versöhnung und Kooperation
- Kreatives und Lösungsorientiertes Denken
- Auswertung der Konflikterfahrung zur persönlichen Weiterentwicklung

Methoden

- Kurzes Inputphasen
- Einzel- und Gruppenarbeit mit den Konfliktnavigator-Analysetools, Checklisten und Arbeitsblättern
- Demo-Coaching / Praxisberatung

Nutzen

- Strukturiertes und praxiserprobtes Konzept zum Konfliktmanagement
- Aktivierung von Selbstwirksamkeit und Selbstfürsorge
- Entwicklung individueller Handlungsoptionen für einen aktuellen Konflikt
- Kompetenzentwicklung – nützliches Wissen zum künftigen Umgang mit Konflikten

Dauer: 1,5 Tage (Mindestdauer) – 3 Tage (wünschenswert)