

Konflikte am Arbeitsplatz belasten. Sie mindern die Leistungsfähigkeit und kosten Geld.

Der Konfliktnavigator ist eine Methode zur systematischen Analyse und Klärung von Konflikten am Arbeitsplatz. Ziel ist es, belastende Erfahrungen von Hilflosigkeit oder Ärger zu beenden, die emotionale Selbstbestimmung zu stärken, Einflussmöglichkeiten zu nutzen und Handlungsoptionen zur Konfliktlösung entwickeln.

Kern des Konflikt navigators ist das Modell der vier Lösungsfelder. Es unterscheidet vier Schritte der Konfliktlösung: Selbstregulation, Beziehungsregulation, Sachklärung und Lernen.

Selbstregulation:

- Stärkung von Selbstbild und Selbstwirksamkeit
- Erkennen und Würdigen eigener Bedürfnisse und Interessen
- Regulation eigener Emotionen wie Ärger oder Hilflosigkeit

Beziehungsregulation:

- Klärung der eigenen Position zwischen Annäherung und Abgrenzung
- Grenzen setzen und Position beziehen
- Annäherung, Einigung, Versöhnung und Kooperation

Sachklärung:

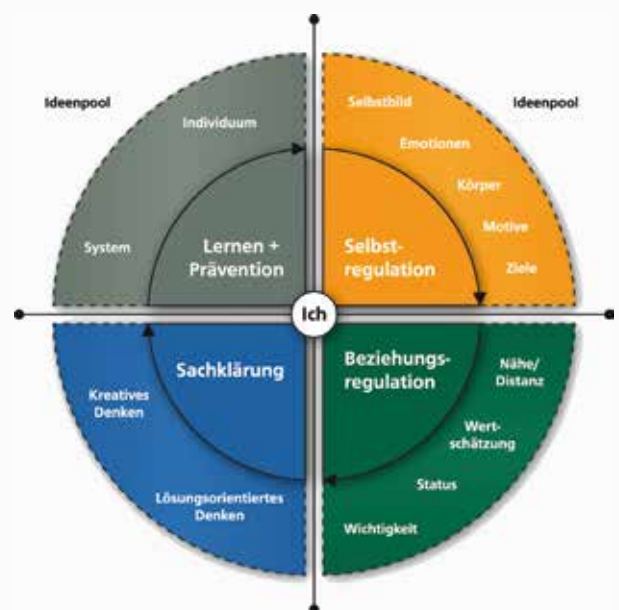
- Kreatives und Lösungsorientiertes Denken zur Lösung sachlogischer Konflikte und Probleme

Lernen und Prävention:

- Auswertung der Konflikterfahrung zur persönlichen Weiterentwicklung

Leistungen

- Workshop Konfliktnavigator
- Workshop Konfliktprävention
- Konfliktcoaching
- Fortbildung für Berater/innen



Plan C Konfliktnavigator: Modell der vier Lösungsfelder.