

*„Exzellentes Einzelcoaching: mit unterschiedlichen Methoden wurden die sensiblen Punkte schnell identifiziert, analysiert und sind auf wunderbare Weise fast geheilt. Danke.“  
(Coaching-Kundin, 2016)*

## Konfliktcoaching mit dem Konfliktnavigator – Individuelle Lösungsstrategien für Ihren Konflikt

### Zielgruppe

Menschen, die einen aktuellen Konflikt am Arbeitsplatz lösen, ihren Einfluss auf den Konflikt stärken und belastende Erfahrungen von Ohnmacht oder Ärger beenden möchten.

### Ziel

In einem individuellen Konfliktcoaching können Sie einen aktuellen Konflikt am Arbeitsplatz systematisch analysieren, belastende Erfahrungen verarbeiten und eine geeignete Lösungsstrategie entwickeln.

### Leistungen und Methoden

- Strukturierte Konfliktanalyse mit den Konfliktnavigator-Analysetools
- Stärkung von Selbstbild und Selbstwirksamkeit
- Verarbeitung belastender Konflikterfahrung
- Regulation negativer Emotionen wie Ärger oder Hilflosigkeit
- Emotionsregulation durch Klopfen (PEP nach Michael Bohne)
- Erfahrungsorientierte Zielimagination durch Hypnotherapie und Mentaltraining
- Erkennen und Verändern biographisch bedingter Konfliktmuster
- Vorbereitung auf schwierige Gespräche durch Rollenspiel und Übungen aus dem Improvisationstheater
- ein geschützter, vertraulicher Rahmen in schönen Räumen in zentraler Frankfurter Innenstadtlage direkt am Willy-Brandt-Platz

### Meine Kompetenzen

- Diplom-Psychologin
- Promotion zur Vorgesetzten-Mitarbeiter Kommunikation
- Autorin
- Lehrbeauftragte für Coaching und Konfliktmanagement an der Universität Frankfurt/M.
- Prozess- und Embodimentfokussierte Psychologie (PEP, „Klopfen gegen Stress“)
- Aus- und Fortbildungen im Bereich Coaching, Therapie und Beratung, u.a.
- Klinische Hypnose (Milton Erickson Gesellschaft, MEG)
- Konfliktmanagement
- Improvisation und Provokative Systemarbeit

**Dauer: In der Regel genügen 2 - 3 Coaching-Sitzungen à 2 Stunden**

© Dr. Claudia Eilles-Matthiessen

