

# Von der Emotion zur Sache.

## Ein Konfliktmanagementseminar.

netzwerk

managementberatung  
coaching

Auch wenn Konflikte Chancen in sich bergen, sind Sie bei den meisten Menschen weder im Privat- noch im Berufsleben willkommen. Die Strategien, mit Konflikten umzugehen, sind verschieden: Von Ignorieren bis zum Ausrasten ist alles dabei. Doch warum reagieren wir in manchen Situationen heißblütig, während andere völlig kalt bleiben? Und wie können wir auch in Konflikten angemessen reagieren?

Ziel dieses Seminars ist es, Ihnen dabei zu helfen, eigene und fremde Konfliktmuster schneller zu erkennen, die Dynamik von Konflikten besser zu verstehen, und Ihr eigenes Handlungsrepertoire im Umgang mit Konflikten zu erweitern.

### Ihr Nutzen

- ▶ Sie haben den Blick für Ihre eigene Konfliktfähigkeit geschärft.
- ▶ Sie kennen verschiedene Techniken und Methoden der Konfliktintervention.
- ▶ Sie können Konflikte souverän ansprechen.
- ▶ Sind Sie in der Lage Konflikte zu deeskalieren und Lösungen zu entwickeln, die von allen akzeptiert werden.

### Ihr besonderes Plus

Sie arbeiten in diesem Seminar mit **zwei erfahrenen Coaches** und Videokamera.

Nach jeder Videoaufnahme erhalten Sie im Rahmen eines Einzelcoachings **persönliches Feedback**.

### Feedback

„Ich habe jetzt ein besseres Verständnis, warum ich manchmal so reagiere, wie ich reagiere.“

„Das Arbeiten an eigenen Konfliktfällen hat mich bei konkreten Fällen weitergebracht.“

„Nicht nur im Beruf, sondern auch im Privatleben lassen sich die Strategien einsetzen.“

### Methodik

Wir arbeiten in diesem Seminar nach der Methode des accelerated learning. Das heißt:

- ▶ Im Training sind Sie als **Teilnehmer zu 80% aktiv**. Sie verknüpfen im Seminar Theorie und Praxis.
- ▶ Durch den Einsatz verschiedener Methoden werden alle Wahrnehmungskanäle stimuliert. **Das steigert die Lernerfolge.**
- ▶ Wir **trainieren an Fragestellungen aus Ihrem beruflichen Alltag**. Sie erhalten Lösungsideen, die direkt umsetzbar sind.
- ▶ Das Training umfasst alle vier psychologischen Lernschritte von der Einstellung bis zur Fertigkeit. Durch das **häufige Üben**, auch vor Videokamera mit anschließender **Einzelanalyse**, und durch das Live-Coaching werden Stärken gestärkt und neue Vorgehensweisen verinnerlicht. **Lernerfolge sind nachhaltig.**

### Termin

**10.-11. Juli 2019, Hofgut Algertshausen**, Eresing (Region München).

### Investition

2-Tagesseminar inkl. Business Lunch und Getränken: **1.190,00 EUR** zzgl. gesetzlicher MwSt.

### Ihre Trainer



#### Sabine Walter

**Executive Coach & Team- und Organisationsentwicklung**

unternehmerisch denkend & handelnd, strukturierend, kreativ

Es ist Sabine Walters Anliegen, etwas zu bewegen. Der ganzheitliche Blick auf den Menschen und auf Organisationen steht im Mittelpunkt ihrer Arbeit. Sabine Walter erkennt die Stärken und Talente anderer Menschen schnell. Vertrauensvoll und leidenschaftlich motiviert die Unternehmerin ihre Klienten, den eigenen Stärken zu vertrauen.

Mit Empathie und Fingerspitzengefühl bringt sie ihre Seminarteilnehmer dazu, Dinge außerhalb der Komfortzone auszuprobieren, und so innerhalb von zwei Tagen signifikante Lernerfolge zu erreichen.

# Von der Emotion zur Sache.

## Ein Konfliktmanagementseminar.

netzwerk

managementberatung  
coaching

### Seminarverlauf

#### ERSTER SEMINARTAG (9 - 18 Uhr)

##### Begrüßung und Einführung

##### Konflikte verstehen

- ▶ Konfliktebenen verstehen
- ▶ Konfliktarten verinnerlichen
- ▶ Bewusstsein für Konfliktodynamik schärfen

##### Ansätze der Konfliktbewältigung

- ▶ Menschliche Handlungs- und Kommunikationsmuster vertiefen (Transaktionsanalyse)
- ▶ Voraussetzung einer konstruktiven Konfliktbewältigung kennenlernen
- ▶ **Praxis:** Einen Konflikt ansprechen
- ▶ Feedback und Videoanalyse (Einzelcoaching)

##### Die eigene Konfliktfähigkeit reflektieren

- ▶ Eigene Muster ergründen
- ▶ Den eigenen Konfliktstil analysieren
- ▶ Persönliche Treiber in Bezug auf Konflikte besser verstehen

##### Zusammenfassung, Transfer und Ausblick

#### ZWEITER SEMINARTAG (9 - 18 Uhr)

##### Begrüßung , Rückblick auf Tag 1, Einführung in Tag 2

##### Konflikte austragen

- ▶ Schritte der gewaltfreien Kommunikation verinnerlichen
- ▶ **Praxis:** Gewaltfrei sprechen
- ▶ Feedback und Videoanalyse (Einzelcoaching)

##### Konflikte erfolgreich lösen

- ▶ Strategien der Konfliktlösung vertiefen
- ▶ **Praxis:** Konfliktgespräch führen
- ▶ Feedback und Videoanalyse (Einzelcoaching)
- ▶ Konfliktlösungsstrategien auch unter Stress anwenden

##### Stresstest

- ▶ Bewusstsein für verdeckte Transaktionen schärfen
- ▶ Manipulative Gespräche erkennen
- ▶ Strategien erlernen, um Manipulationen zu beenden
- ▶ **Praxis:** Strategien auch unter Stress anwenden
- ▶ Feedback

##### Zusammenfassung und Transfer

#### Ihre Trainer



##### Dr. Julia Friemel

**Mediatorin & Fachanwältin für Arbeitsrecht**  
ergebnisorientiert, empathisch, überzeugend

Dr. Julia Friemel ist eine erfahrene Fachanwältin für Arbeitsrecht. Mit ihrer jahrelangen Erfahrung in punktgenauer Kommunikation und Verhandlungsführung gibt sie neben juristischen Seminaren, Schulungen im Bereich Kommunikation, Verhandlungsführung und Konfliktmanagement. Julia Friemel ist eine gute Zuhörerin.

Als Mediatorin versteht sie es, mit Einzelpersonen und Teams vor allem in schwierigen Gesprächs- und Verhandlungssituationen Strategien zu entwickeln, durch die Lösungen gefunden werden, die von allen getragen werden.