











Konfliktbewältigung - RUDOLF TRAININGS

Ziele des Trainings

In der heutigen Zeit sind wir mehr denn je auf eine gute Zusammenarbeit mit anderen Menschen angewiesen. Dabei passiert es oft, dass Meinungsverschiedenheiten oder Konflikte auftreten. In dem zweitägigen Seminar lernen Sie einige praktische und psychologische Grundlagen kennen, um bei sich selbst und bei Ihren Mitarbeitern/innen Einstellungs- und Verhaltensänderungen zu erleichtern. Sie lernen, Gedanken und Gefühle auszudrücken und die darunterliegenden Erfahrungen und Überzeugungen zu erforschen. Dadurch können Konflikte konstruktiv bearbeitet und gelöst werden.

Ziel des Trainings ist es, sich die Strategie der gegenseitigen Unterstützung anzueignen und sie zu vertiefen. So wird das Zusammengehörigkeitsgefühl der Beteiligten gestärkt. Sie lernen, Konfliktpotenzial frühzeitig zu erkennen - Vermeiden ist besser als Beheben. Außerdem erarbeiten wir Methoden, um Schwachstellen sichtbar zu machen und sie durch Lösungsansätze auszumerzen. Eine offene und wertschätzende Kommunikation sind ein wesentlicher Baustein für erfolgreiche Konfliktbewältigung.

Mögliche Inhalte des 2-Tage-Trainings

-  Grundlagen des Zusammenlebens und der Kommunikation
-  Die wichtigsten Du- und Ich-Botschaften
-  Durch aktives Zuhören Konflikte vermeiden
-  Wie verhalte ich mich in einer Konfliktsituation?
-  Reizwörter erkennen, die Konflikte verstärken
-  Wie ich durch konstruktive Zusammenarbeit mehr Erfolg habe
-  Immer wiederkehrende Konflikte in der Zusammenarbeit
-  Erarbeitung von Lösungsmöglichkeiten
-  Vertrauen zueinander aufbauen
-  Eigene Stärke entwickeln