

Konfliktfähigkeit und Kommunikation

Kompetenzen für ein konstruktives Miteinander

Konfliktfähigkeit ist wichtig:

Im Gespräch, Verhandeln, Vermitteln, sich Verständigen, Führen - Eine gute Konfliktfähigkeit entwickelt sich aus einer gereiften inneren Haltung, Initiative und Interesse sowie der wirksamen Handhabung konstruktiver Kommunikationsformen.

Durch bewusstes Arbeiten an der eigenen Konfliktfähigkeit wird ein wertschätzendes Miteinander im beruflichen oder alltäglichen Kontext entwickelt.

Inhalte des Seminars:

Was ist ein Konflikt?

→ destruktiv - konstruktiv - neutral ; Definition

Was bedeutet es zu kommunizieren?

- Ebenen der Kommunikation
- Sozial - antisozial - Vorurteil
- Sprache, Körpersprache, „Wortschatz der Gefühle“
- Interessen und Bedürfnisse

Die innere Haltung

→ Positivität, Interesse, Toleranz, Entwicklungsbereitschaft

Hilfreiche Kommunikationsmethoden

- Aktives Zuhören
- Ich-Botschaft
- Perspektivwechsel
- Konstruktives Feedback

Die dargestellten Inhalte werden durch Wahrnehmungsübungen, Körperübungen, Zweier- und Gruppenübungen sowie durch inhaltliche Einheiten vermittelt.

Dieses Seminar wird als ein Tagesseminar von 6 Zeitstunden oder Wochenendseminar von 12 Zeitstunden in unserem Institut durchgeführt oder auch gern bei Ihnen vor Ort.

INSTITUT FÜR SOZIALE
GESTALTUNG UND MEDIATION
Steenbarg 5
22397 Hamburg

Telefon: 040.52 59 58 54
Fax.: 040.607 43 23

E-Mail: mail@isgm-hamburg.de
www.isgm-hamburg.de