Birkenbihl® Konfliktlösungsstrategien

Schwierige Gespräche

erfolgreich führen – lernen

Brücken zu bauen

„Immer dann, wenn das Reptil in uns aufgewacht ist, lautet unsere „Strategie“ Kampf oder Flucht. Außer wir kennen diese Mechanismen und können lernen, sie in den Griff zu bekommen.“

Bild: Birkenbihl-Akademie

Vera F. Birkenbihl hat den Begriff der „Zweinigung“ kreiert. Was er bedeutet, wofür er steht und wie er uns in der Realität in Konfliktsituationen (sowohl in eigenen, als auch in solchen, in denen wir als neutrale Person beteiligt sind) helfen kann, zu einer Lösung zu kommen, die für alle Beteiligten passt – das lernen Sie in unserem Konfliktlösungstraining.

„Im Zweifelsfall gar nichts sagen, lieber erst einmal was fragen!“ Natürlich ist die wichtigste Interventionstechnik eines erfolgreichen Konfliktlösungsgesprächs das lösungsorientierte Fragen - ressourcenorientiert, zirkulär, skalierend, systemisch. Diese Techniken werden wir gemeinsam mit der Logik des Fragens, aber auch gleichzeitig mit den konfliktlösenden Antworttechniken in verschiedenen Übungssituationen trainieren. Techniken sind erlernbar.

Viel Augenmerk legen wir an diesem Tag auf die klassischen „Reinfaller“ – die „unauffälligen Kommunikationsmuster“ in Konfliktsituationen, um diese aufzulösen und zukünftig zu vermeiden.

Werkzeugkiste:

- Biologische und psychologische Mechanismen in der Konflikt-Situation – Umgang mit Reptiliengehirn & Co
- Sensibilisierung der eigenen Beobachtungskriterien anhand spezifischer Konfliktübungssituationen
- Training der eigenen Wahrnehmung der persönlichen Bedürfnisse hinter einer scheinbar rationalen Konfliktsituation
- Möglichkeiten von Kompromissen als Lösungsprozess
- Erfolgreiche Strategien in der Verhandlungssituation
- Experimente, Spiele, zahlreiche Fallbeispiele

Ihre Ansprechpartnerin:

Bianca Daum 069/6976835-0
bianca.daum@top-pp.de