

ZIELE

- Sie kennen die Formen und Phasen der Konfliktarbeit und erhalten Einblick in Methoden für den Umgang mit Emotionen in der Konfliktbearbeitung.
- Sie sind in der Lage, Ihr Konfliktverständnis und Ihr Verhalten kritisch zu hinterfragen.
- Sie sind fähig, die Vielfalt als Ressource zu nutzen.
- Sie kennen den Nutzen der Konfliktanalyse und können diese für die Konfliktarbeit nutzen.
- Sicherheit im Umgang mit Gefühlen in der Konfliktarbeit.

ZIELGRUPPEN

Personalverantwortliche, erziehende und interessierte Personen, welche die Rolle des Konfliktbearbeiters vertieft anschauen möchten.

METHODIK

- Theoretischer Input
- Gruppen- und Einzelarbeit
- Austausch / Story Telling
- Fallarbeit
- Rollenspiel

KURSDAUER / ZEIT

16 Stunden pro Kurs
4 Abende à 4 Stunden
16:30 – 20:30 Uhr
14-täglicher Rhythmus

DURCHFÜHRUNGORT

Otzoup Consulting, Basel

GRUPPENGROSSE

Mind. 5 – Max. 7 Personen

KURSKOSTEN

CHF 980.– pro Kurs

Otzoup Consulting
Ahornstrasse 15
+41 79 681 46 11
CH-4055 Basel
go@otzoup.ch

www.otzoup.ch

Konfliktarbeit

Kluger Umgang mit Emotionen in der Konfliktbearbeitung



Kursleitung, Génia Otzoup *

Wenn Menschen sich begegnen, treffen unterschiedliche Meinungen aufeinander. Reibungen können entstehen. Zwar entwickelt sich nicht jedes Aufeinanderstossen zu einem Konflikt, aber jeder Konflikt beinhaltet mindestens eine emotionale Komponente. Die erfolgreiche Konfliktarbeit ist davon abhängig, wie die Ebenen der Emotionen in der Konfliktbearbeitung angesprochen werden. Dazu braucht es einerseits Einfühlungsvermögen, Verständnis und eine offene, freundliche und wertschätzende Haltung. Andererseits sind Kenntnisse über Ressourcen- und lösungsorientierte Methoden unerlässlich. Wenn Sie sich mit diesen Ansätzen vertraut machen wollen, sind Sie in diesem Kurs genau richtig.

Kurs 1 – Einstieg Die praktische Konfliktarbeit

Inhalt

- Konfliktanalyse und Konfliktbearbeitung. Sinn, Gründe und Nutzen der Konflikte
- Typische Konfliktarten und Konfliktlinien
- Kalte und heisse Konflikte
- In welcher Rolle bin ich wie unterwegs?
- Konfliktarbeit und Emotionen
- Selbstkenntnis als Ressource für die Konfliktarbeit

Nutzen

- Selbstsicherheit im Umgang mit dem eigenen Konfliktverständnis
- Anwendung einfacher Methoden in komplexen Situationen
- Reflexion über eigenes Konfliktverständnis
- Erweitern der Handlungskompetenz im Umgang mit Konflikten
- Erkenntnisse aus der Konfliktanalyse für die Konfliktbearbeitung
- Sicherheit im Umgang mit Emotionen in der Konfliktarbeit

Kursdaten

Nach Vereinbarung

Kurs 2 – Vertiefung Umgang mit Emotionen in der Konfliktarbeit

Inhalt

- Unterschiedliche Sichtweisen und unterschiedliche Emotionen in der Konfliktarbeit
- Kommunikation & Gesprächsführung in der Konfliktarbeit
- Eigene Emotionen als Ressource nutzen
- Aktives Zuhören, Nachfragen und Feedback im Umgang mit Emotionen in der Konfliktarbeit
- Methoden (in Anlehnung an die kognitive Verhaltens- Therapie und lösungsfokussierter Ansatz)

Nutzen

- Sensibilisierung und Bewusstseinsförderung der eigenen Rollen-Vielfalt
- Sicherheit im Ansprechen von Emotionen, Stimmungen und in der Gestaltung von Gesprächs- und Lernatmosphären
- Sicherheit im Umgang mit den eigenen Emotionen
- Erhöhung der eigenen Wirksamkeit

Kursdaten

Nach Vereinbarung

Wie viel Raum für Emotionen?

Alle Konflikte haben mindestens eine emotionale Komponente. Den Umgang mit ihnen empfinden wir in der Regel sehr schwierig. Sie berühren uns und häufig erleben wir sie als Krisen. Wer sich und andere Menschen in der Konfliktarbeit führen will, sollte deshalb die eigenen Emotionen und deren Auswirkungen sowie die eigenen Denk- und Handlungsmuster beachten. Neue Sicht- und Handlungsweisen helfen, den Prozess zu unterstützen.

Wie so oft liegt jedoch die Schwierigkeit in der Umsetzung. Wie gestalten wir unsere Selbstarbeit? Wie lesen wir unsere eigenen Emotionen und die der Anderen? Was heisst kluger Umgang mit Emotionen in der Konfliktarbeit?

In meinen Kursen arbeiten wir immer wieder mit den Fragen: WAS und WIE. Was ist die konkrete Arbeit und wie gestalten wir sie? In der Gruppe reflektieren wir gemeinsam über die eigene Sicht- und Handlungsweise und benutzen so auch die Gruppe als Ressource. Der Hauptteil der Arbeit aber liegt auf der persönlichen Ebene.

* Génia Otzoup, M.A. Management & Innovation, BSO (Berufsverband für Coaching, Supervision und Organisationsentwicklung) ist Inhaberin der Otzoup Consulting in Basel. In ihrem Seminar- und Kurswesen vermittelt sie Fachwissen in ihren Spezialgebieten „Diversity“, „Umgang mit Konflikten“ und „Gruppendynamik“