

# „Konflikte meistern“

Was können Sie konkret tun:

Meine Ideen dazu:

1. **Wie gut kann ich mit Konfliktsituationen umgehen?** (Gute oder schlechte Erfahrungen gemacht; Selbstbewußt oder ängstlich ...)
2. **Welcher Art von Konflikt stehe ich im Moment gegenüber?** (Reibungskonflikt; Zielkonflikt; Verteilungskonflikt; Rollenkonflikt; oder Kommunikationskonflikt ...)
3. **Welche Konfliktlösungs-Strategien sind am wirksamsten?** (Siegen um jeden Preis – Machtwort sprechen; Fähnchen nach dem Wind – Weichei; Aussitzen – abwarten...)
4. **Warum ist der Kompromiss die wirksamste Strategie, einen Konflikt zu lösen?** (Positiver Weg für beide Seiten wird angestrebt – Win/Win; Gewaltsam erreichte Lösungen halten nur unter Druck und Drohung; Vollständige Problemlösung wird angestrebt...)
5. **Wie kann eine schwierige Situation wirksam deeskaliert werden?** (Selbstbewußt rangehen; Cool bleiben; aktiv das Problem angehen; zukunftsorientiert argumentieren...)

[illegible]

# „Konflikte meistern“

Was können Sie konkret tun:

Meine Ideen dazu:

6. **Wie versetzt man sich am besten in die Situation des Konfliktpartners?**  
(Einige Meilen in den Schuhen des anderen gehen; Bedingte Zustimmung; Argumente des anderen würdigen...)

---

---

---

---

7. **Warum sollte ich im Konfliktfall die Schuld übernehmen?** (Taktisches zustimmen; Luft aus dem Konflikt nehmen; Anderen die Schuld geben; Beschützer-Trieb wecken...)

---

---

---

---

8. **Welches Konfliktlösungsvorgehen kann ich für mich anwenden?**  
(Individuell vorgehen; KUSSS-Prinzip; Mit Schnelligkeit den anderen überrumpeln; Wegducken; Ja-Sagen...)

---

---

---

---

9. **Welche Ebenen sind bei einem Konflikt zu beachten?** (1. Die eigene Person: Erregung kontrollieren und Erfahrungen verarbeiten; 2. Die Beziehung zum Gegner: Vertrauen bilden und offen kommunizieren; 3. Die Sache: Problem lösen und Vereinbarung treffen...)

---

---

---

---

10. **Wie können wir unsere Einstellung zu Konflikten verbessern?**  
(Menschenbild hinterfragen; Habe ich immer recht; Konflikte sind die Chance, etwas zum Besseren zu bringen...)

---

---

---