

MODUL 3 – KONFLIKTE IM FÜHRUNGSALLTAG:

SPANNUNGSKOMPETENZ FÜR SICH SELBST UND IM TEAM ENTWICKELN.

ZIELE | Als Führungskraft gehört es auch zu Ihren Aufgaben, mit Konflikten aktiv und konstruktiv umzugehen. Überall kann es zu Auseinandersetzungen kommen, schließlich gehören Spannungen zwischen unterschiedlichen Sichtweisen, Arbeitsweisen, Interessen und Zielen zum Berufsalltag. Das kann auch Ihre eigene neue Rolle als Führungskraft betreffen. Die unterschiedlichen Erwartungen von Mitarbeitenden, Ihrem/r Vorgesetzten und Kolleg/innen, können Sie in ein Dilemma bringen: Ein innerer Zielkonflikt kann entstehen.

Ein Konflikt ist immer der Wunsch nach Veränderung. Ziel ist es, belastende Spannungen bei sich selbst, im Team und im Umfeld zu erkennen und konstruktiv zu lösen. Mit dem richtigen Rüstzeug bewältigen Sie innere und äußere Spannungsarenen wesentlich gelassener. Das beginnt bereits damit, Verstimmungen frühzeitig zu erkennen und Eskalationen zu vermeiden. Sind die Konflikte jedoch bereits eskaliert, ist es wichtig, angemessen zu reagieren: Ruhe zu bewahren, die richtigen Worte zu wählen, Ihre Gefühle unter Kontrolle zu halten und eine passende Lösung zu finden. Der lösungsorientierte Umgang mit Konflikten hat positive Auswirkungen auf Sie selbst, das Klima im Team und auf das gesamte Umfeld.

INHALTE

- Was bedeutet für Sie Konflikt?
- Konfliktdefinitionen – Erklärungsmodelle im Vergleich
- Wer hat den Konflikt: A oder B oder BEIDE
- Hat der Konflikt mich oder habe ich den Konflikt?
- Dynamik von Konflikten: Eskalationsstufen
- Konflikte frühzeitig erkennen: Ausstieg aus der Konfliktspirale
- Bausteine eines Konfliktgesprächs: Vorbereitung, Einstieg, Klärung, Lösungen und Abschluss
- Wirkungsvolle Formate und Werkzeuge für Konfliktlösungen
- Was ist schon die Wahrheit? Perspektivenwechsel als Voraussetzung für Empathie
- Belastungen reduzieren, Ressourcen finden und Lösungen entwickeln
- Systemische Fragetechniken: (sich) selbst Fragen stellen
- Zuhören und Hinhören: Wahrnehmung und Wahrgebung
- Transformation von Emotionen: bei sich selbst und bei anderen
- typische Konflikte im Führungsalltag – prototypisch betrachtet
- Selbstmanagement in Konflikten – für die eigene Stabilität sorgen
- Der innere Zielkonflikt – gekanntes Zwickmühlenmanagement
- Spannungsarenen konstruktiv nutzen