

Ihr Reiseantritt

Was Sie von diesem Buch erwarten können	7
An wen sich dieses Buch richtet.....	8
Welche Inhalte Sie hier finden	9
Welche Methoden Sie hier finden	10
Wie Sie sich zurechtfinden	11
Wie Sie dieses Buch am besten nutzen – und wie nicht	12
Ein paar Anmerkungen zum Seminarthema	14

I. Seminarfahrplan: Konflikte konstruktiv bewältigen

Der Seminarfahrplan auf einen Blick	18
Vor dem Seminarbeginn	20

Der erste Seminartag	23
09.00 Uhr: Begrüßung	23
09.05 Uhr: Kennenlernen mit Postkarten – Aktivierung.....	26
09.25 Uhr: Überblick über das Seminar	30
09.40 Uhr: Soziometrische Einstiegsübung – Warm-up	35
10.20 Uhr: – Pause –	
10.30 Uhr: Reflexion des Konfliktverhaltens und Formulierung von Lernzielen – Übung	46
11.30 Uhr: – Kurze Pause –	
11.35 Uhr: Konfliktdefinition – Einstieg	54
11.45 Uhr: Konfliktdefinition – Input.....	57
11.55 Uhr: Konfliktarten – Input.....	63
12.10 Uhr: Konfliktarten und -lösungen – Kleingruppenarbeit.....	69
12.30 Uhr: – Mittagessen –	
13.30 Uhr: Chancen von Konflikten – Kleingruppenarbeit	73
13.50 Uhr: Konfliktodynamik: „Rohrbombe“ – Übung	77

14.10 Uhr: Konfliktodynamik – Input	85
14.25 Uhr: – Kurze Pause –	
14.30 Uhr: Reflecting Team – Praxisberatung.....	92
15.35 Uhr: – Pause –	
15.45 Uhr: Hintergründe von Konflikten: Das Persönlichkeitsmodell von Riemann und Thomann – Input.....	111
16.00 Uhr: Selbstreflexion zum Persönlichkeitsmodell – Übung	121
16.20 Uhr: Konfliktmanagement und Persönlichkeitsstile – Kleingruppenarbeit	126
16.40 Uhr: Metakommunikation/Abschlussrunde	129
17.00 Uhr: Die Geschichte „Der Mann mit dem Hammer“	132
Der zweite Seminartag.....	135
09.00 Uhr: Überblick über den Tag	135
09.05 Uhr: Eskalationsstufen von Konflikten – Input	137
09.25 Uhr: Konflikte ansprechen – Einstiegsübung.....	147
10.15 Uhr: – Pause –	
10.30 Uhr: Konflikte konstruktiv ansprechen – Input.....	156
10.45 Uhr: Konflikte konstruktiv ansprechen – Fallstudien in Kleingruppen.....	164
11.20 Uhr: – Kurze Pause –	
11.25 Uhr: Actstorming – Praxisberatung.....	171
12.30 Uhr: – Mittagessen –	
13.30 Uhr: Stühlekippen – Warm-up.....	181
13.45 Uhr: Identifikation mit dem Konfliktpartner – Übung.....	185
14.30 Uhr: Umgang mit Kritik – Input.....	190
14.50 Uhr: – Pause –	
15.05 Uhr: Umgang mit Kritik – Übung.....	197
15.55 Uhr: Das Ampel-Modell des Umgangs mit Kritik – Input	203
16.00 Uhr: Konfliktstile – Selbsteinschätzungsbogen.....	205
16.15 Uhr: Konfliktstile – Input.....	210
16.25 Uhr: Vor- und Nachteile der Konfliktstile – Kleingruppenarbeit	213
16.45 Uhr: Abschlussrunde.....	215
17.00 Uhr: Ende des zweiten Tages.....	216
Der dritte Seminartag.....	219
09.00 Uhr: Überblick über den Tag	219
09.05 Uhr: Standpunkt vertreten – Warm-up.....	220
09.15 Uhr: Das Harvard-Konzept – Input	222
09.30 Uhr: Konfliktgespräche führen – Input	232
09.45 Uhr: Führen von Konfliktgesprächen – Rollenspiel	240

10.45 Uhr: – Pause –	
10.55 Uhr: Stuhlarbeit – Praxisberatung	247
11.55 Uhr: – Kurze Pause –	
12.00 Uhr: Umgang mit Emotionen – Input	265
12.15 Uhr: Emotionen benennen – Übung	274
12.25 Uhr: Umgang mit inneren Konflikten: Das innere Team – Input.....	277
12.40 Uhr: Inneres Team – Übung	283
13.00 Uhr: – Mittagspause –	
13.45 Uhr: Jagd – Warm-up	285
14.00 Uhr: Kollegiale Beratung in Kleingruppen – Praxisberatung ...	287
15.00 Uhr: Letzte Fragen klären	289
15.15 Uhr: – Pause –	
15.25 Uhr: McConflict – Transferübung	290
16.00 Uhr: Transfer und Abschlussrunde	292
16:30 Uhr: Abschluss des Seminars.....	293

II. Seminarfahrplan: Konfliktmanagement für Führungskräfte

Der Seminarfahrplan für Führungskräfte auf einen Blick.....	296
Der Seminarfahrplan für Führungskräfte im Detail	298
1. Konflikte erkennen und verstehen – Szenische Erarbeitung.....	300
2. Die Führungskraft als Konfliktmanager: Intervenieren bei Konflikten – Übung.....	311
3. Kritisches Feedback geben – Improvisationstheater	318
4. Kritik äußern – Übung.....	327
5. Aktives Zuhören – Input und Übung.....	329
6. Konfliktgespräche führen – Rollenspiel	335
7. Die Führungskraft als Konfliktmoderator – Warm-up.....	342
8. Konfliktmoderation – Input.....	346
9. Übung zur Konfliktmoderation mit Elementen des Forumtheaters.....	355
10. Die Führungskraft als Prozessbegleiter: Gruppendynamik – Input	369

III. Zusätzliche Seminarbausteine

Transaktionsanalyse	381
1. Einführung in die Transaktionsanalyse – Input	381
2. Ich-Zustände – Input	385
3. Ich-Zustände erkennen – Übung	392

4. Transaktionen analysieren – Input	402
5. Transaktionen erkennen – Übung.....	410
6. Eigene Transaktionen analysieren – Übung.....	415
7. Psychologische Spiele – Input.....	419
8. Psychologische Spiele – Kleingruppenarbeit	428
9. Auswege aus psychologischen Spielen – Input	435
10. Drama-Dreieck – Input.....	438

Weitere Inhalte und Übungen 441

1. Konfliktanalyse – Paarübung	441
2. Prisoner’s Dilemma – Übung	444
3. Umgang mit emotionalen Konfliktpartnern – Übung.....	457
4. Konflikten vorbeugen, Reizformulierungen vermeiden – Input und Übung	465
5. Gewaltfreie Kommunikation – Input	472
6. Ein Stuhl zu wenig – Warm-up.....	476
7. „Alle, die ...“ – Warm-up.....	479
8. Die Geschichte „Die Schwierigkeit, es allen recht zu machen“ ..	481
9. Die Geschichte „Die Blinden und der Elefant“	482
10. Die Geschichte „Die Säge ist stumpf“	484

Anhang

Danksagung.....	485
Stichwortverzeichnis	486