

# KONFLIKT- MANAGEMENT

**Konflikte kompetent meistern**

**Den Grundstein legen  
für konstruktive Beziehungen**

## **WOZU KONFLIKTMANAGEMENT?**

Konflikte sind integraler Bestandteil jeglichen Zusammenlebens, sowohl im Beruf wie auch im Privaten. Da sie häufig als Kampfsituationen wahrgenommen werden, entfaltet sich leicht eine innere Konfliktdynamik, die eine friedliche und konstruktive Lösung nicht mehr möglich macht.

Menschen in Konfliktsituationen neigen dazu, den eigenen Vorteil durch immer intensiveren Einsatz oder striktes Beharren auf der eigenen Position wahrzunehmen - und das selbst dort, wo sich Misserfolge abzeichnen. Dieses Verhaltensmuster wird begleitet durch eine fortschreitende Einschränkung der Wahrnehmungs- und Entscheidungsfähigkeit. Im Konflikt bin ich häufig „ausser mir“ – eine unangenehme Sache: für mich und für alle Beteiligten.

Wie es gelingt, im Konfliktfall ruhig und souverän zu bleiben, zu vermitteln und Konflikte ursächlich zu lösen, genau das erfahren Sie beim Seminar „Konfliktmanagement“.

## KONFLIKTMANAGEMENT:

**“Früher habe ich mich mit Euch auseinandergesetzt –  
jetzt setze ich mich mit Euch zusammen.“**

### Inhalt:

- Wahrnehmungsprozesse – sich und andere beobachten
- Aussteigen aus Reiz-Reaktionsmustern
- Der konstruktive Denkansatz – immer öfter agieren statt reagieren
- Bewusste und unbewusste Kommunikation
- Direktive und non-direktive Gesprächstechniken
- Sich selbst authentisch zum Ausdruck bringen
- Konflikte vorbeugen
- Konflikte erkennen und damit umgehen
- Konflikte ursächlich lösen

### Ergebnis:

- mehr Klarheit und Souveränität
- mehr Ausgeglichenheit und Gelassenheit
- herausfordernde Situationen souverän meistern
- aus der eigenen Mitte heraus handeln
- konstruktive und nachhaltige Lösung von Konflikten
- den Grundstein für gewinnbringende Beziehungen legen

Graffito



### Ursula Kremmel

Mediatorin, Business-Trainerin und –Coach; arbeitete u. a. 13 Jahre als Journalistin (Nachrichten/Ressort Politik) beim ORF-Landesstudio Vorarlberg sowie in den Bereichen Tourismus und Bildung.

„Nicht nur als Mediatorin, Trainerin und Coach sondern auch als Journalistin habe ich umfassende Erfahrung in den Bereichen Konflikt und Konfliktlösung. Ich begleite sie seit 2005 vorwiegend Führungskräfte, u.a. bei Unternehmens- und Teamentwicklungsprozessen, in Leadership-, Konflikt- und Kommunikationsseminaren sowie in Einzelcoachings – und das mit großer Begeisterung.“

kremmel

Training . Beratung . Coaching

Kaiser-Franz-Josef-Str. 1  
A- 6890 Lustenau

mobil: +43 / 650 / 210 3 110  
www.ursulakremmel.at  
office@ursulakremmel.at

# KONFLIKTMANAGEMENT

**2 Intensiv-Tage in der Kleingruppe –  
zum Aussteigen, Auftanken und neue Lösungswege erleben.**

**Trainerin:** Ursula Kremmel

**Seminarort:** kremmel – Training. Mediation. Coaching.  
Kaiser-Franz-Josef-Str. 1  
A-6890 Lustenau

**Seminardauer:** 2 Tage,  
jeweils von 9.00 – 17.00 Uhr

**Investition:** € 490.- zuzügl. Ust.

incl. Kursunterlagen, Tagungspauschale,  
Getränke und Snacks

## **Termine:**

O Konfliktmanagement: 14./15. November 2020 (Sa/So)

## **Anmeldung:**

TeilnehmerInnenname \_\_\_\_\_

Strasse \_\_\_\_\_

PLZ/Ort \_\_\_\_\_

Telefonnummer \_\_\_\_\_

E-Mail \_\_\_\_\_

Datum/Unterschrift \_\_\_\_\_

Bitte senden Sie die Anmeldung bis zu 14 Tage vor Seminarbeginn per Mail an  
[office@ursulakremmel.at](mailto:office@ursulakremmel.at). Diese Anmeldung gilt als verbindlich.