

Seminar

Mind the Conflict – Konflikte erkennen, reflektieren und konstruktiv gestalten

KURZBESCHREIBUNG

Konflikte sind ein natürlicher Bestandteil der Zusammenarbeit – ob im Team, in Projekten oder zwischen Führungskraft und Mitarbeitenden. Diese Seminarreihe unterstützt Teilnehmende dabei, Konflikte nicht nur als Störung, sondern auch als Entwicklungschance zu begreifen. Von den Grundlagen über die persönliche Reflexion bis hin zur konkreten Gesprächsführung erwerben die Teilnehmenden praxisnahe Kompetenzen, um Konflikte frühzeitig zu erkennen, konstruktiv zu analysieren und souverän zu lösen. Die Seminarreihe folgt einer dreistufigen Lernreise: Konflikte verstehen, eigene Erfahrungen reflektieren und Konfliktgespräche souverän gestalten. Die Kombination aus Training, individuellem Training-on-the-Job und praxisnahen Übungen unterstützt einen nachhaltigen Transfer in den Arbeitsalltag.

HINWEIS

Den Termin für das Einzeltraining in der Transferphase zwischen den beiden Präsenzseminaren vereinbaren Sie direkt mit der Trainerin.

IHR NUTZEN

Sie erkennen Konflikte frühzeitig und verstehen typische Konflikt dynamiken im beruflichen Umfeld.

Sie reflektieren Ihr eigenes Konfliktverhalten und erweitern Ihren Handlungsspielraum in schwierigen Situationen.

Sie lernen, Konfliktgespräche professionell vorzubereiten und konstruktiv zu führen.

Sie gewinnen Sicherheit im Umgang mit Kritik, Widerständen und emotionalen Gesprächssituationen.

Sie wenden Deeskalationstechniken gezielt an und stärken Ihre Kommunikationsfähigkeit in Konfliktsituationen.

Sie übertragen das Gelernte direkt in Ihren Arbeitsalltag und reflektieren Ihre Erfahrungen im individuellen Training-on-the-Job.

SCHWERPUNKT

Die Seminarreihe folgt einer klaren Lernreise: Verstehen – Reflektieren – Handeln. Die Teilnehmenden übertragen das Gelernte bereits zwischen den Modulen in ihren Arbeitsalltag, reflektieren ihre Erfahrungen im individuellen Training-on-the-Job und entwickeln so nachhaltige Konfliktkompetenz für berufliche Situationen.

ZIELGRUPPE

Mitarbeitende, Team- und Projektleiter*innen sowie Fachkräfte mit koordinierenden oder lateralen Führungsaufgaben, die Konflikte frühzeitig erkennen, professionell ansprechen und konstruktiv bearbeiten möchten.

THEMEN

Modul 1 – Konflikte verstehen (2 Tage Präsenz): Grundlagen, Dynamiken und eigenes Verhalten

- Definition, Arten und typische Auslöser von Konflikten
- Verlauf, Eskalationsstufen und Dynamiken
- Eigene Verhaltensmuster im Konflikt erkennen
- Gesprächsvorbereitung und wertschätzende Kommunikation
- Nonverbale Kommunikation und ihre Wirkung

Transferphase – Konflikt reflektieren (Einzeltraining, 2 Stunden online): Erkenntnisse vertiefen, Fragen klären – Training-on-the-Job

- Reflexion eigener Konfliktsituationen (seit Teil 1)
- Klärung individueller Fragen und Unsicherheiten
- Transfer: was hat funktioniert und was braucht noch Übung?
- Persönliche Vorbereitung auf Teil 3

TERMINE

Beginn: 16.02.2027

2 Tage Präsenz - Transferphase:
2 Std. Einzeltraining p.P. - 2 Tage
Präsenz

INHALTLICH VERANTWORTLICH

Bettina Winter
E-Mail: b.winter@ard-zdf-medienakademie.de
Telefon: +49 911 9619-458

KUNDENSERVICE

Ute Sperling
E-Mail: kundenservice@ard-zdf-medienakademie.de
Telefon: +49 911 9619-367

SEMINARNUMMER

44 115

Modul 2 – Souveräner Konfliktgespräche führen (2 Tage Präsenz): Von der Deeskalation zum konstruktiven Gespräch

- Erklärungsgespräch vs. Kritikgespräch: Unterschiede und Vorbereitung
- Deeskalationstechniken
- Praxisübungen mit realistischen Szenarien aus dem Arbeitsalltag
- Souveräne Gesprächsführung auch unter emotionalem Druck

LEHRMETHODEN

Impulsvorträge, Reflexionsübungen, Fallarbeit, Rollenspiele, Gesprächssimulationen, Erfahrungsaustausch, individuelles Training-on-the-Job, Feedback und Transferarbeit.

Modul 1 – Konflikte verstehen (2 Tage): Grundlagen, Dynamiken und eigenes Verhalten

- Im ersten Modul lernen die Teilnehmenden, Konflikte in ihrem beruflichen Alltag besser zu verstehen und einzuordnen. Sie setzen sich mit typischen Konfliktarten, Auslösern sowie dem Verlauf und den Eskalationsstufen von Konflikten auseinander. Darüber hinaus reflektieren sie ihr eigenes Verhalten in Konfliktsituationen und erkennen individuelle Reaktionsmuster. Praktische Impulse zu Gesprächsvorbereitung, wertschätzender Kommunikation sowie zur Wirkung nonverbaler Signale unterstützen einen konstruktiven und souveränen Umgang mit Konflikten.

Transferphase – Konflikt reflektieren (Einzeltraining, 2 Stunden): Erkenntnisse vertiefen, Fragen klären – Training-on-the-Job

- Im individuellen Einzeltraining reflektieren die Teilnehmenden ihre bisherigen Erfahrungen seit dem ersten Seminarteil und übertragen die erarbeiteten Inhalte auf konkrete Konfliktsituationen aus ihrem Arbeitsalltag. Dabei werden persönliche Fragestellungen, Unsicherheiten und aktuelle Herausforderungen gezielt besprochen. Gemeinsam werden Erfolge und Entwicklungspotenziale analysiert, um den Praxistransfer nachhaltig zu stärken. Gleichzeitig dient das Training-on-the-Job der individuellen Vorbereitung auf den zweiten Seminarteil und unterstützt die gezielte Weiterentwicklung der eigenen Konfliktkompetenz.

Modul 2 – Souveräner Konfliktgespräche führen: Von der Deeskalation zum konstruktiven Gespräch

- Im zweiten Modul erweitern die Teilnehmenden ihre Fähigkeiten, Konfliktgespräche auch in herausfordernden Situationen professionell und zielorientiert zu führen. Sie lernen die Unterschiede zwischen Erklärungs- und Kritikgesprächen kennen und bereiten diese strukturiert vor. Anhand praxisnaher Methoden und Deeskalationstechniken trainieren sie, auch bei emotionalen Spannungen ruhig, klar und lösungsorientiert zu bleiben. Realistische Fallbeispiele aus dem Arbeitsalltag ermöglichen es, das Gelernte direkt anzuwenden und die eigene Gesprächssicherheit nachhaltig zu stärken.

Termindetails

TERMIN

Beginn: 16.02.2027

Preis: 2.480,- € p.P.

Modul 1: Modul 1 – Konflikte verstehen (2 Tage): Grundlagen, Dynamiken und eigenes Verhalten

- 16.02.2027 (09:00 Uhr) bis 17.02.2027 (16:00 Uhr)
- **Präsenz** | Nürnberg
- Dauer: 2 Tage
- Trainer*innen: Stefanie Roth

Modul 2: Modul 2 – Souveräner Konfliktgespräche führen: Von der Deeskalation zum konstruktiven Gespräch

- 15.03.2027 (09:00 Uhr) bis 16.03.2027 (16:00 Uhr)
- **Präsenz** | Nürnberg
- Dauer: 2 Tage
- Trainer*innen: Stefanie Roth