

## Mindful Leadership - vom Konflikt zum Dialog

### KURZBESCHREIBUNG

Wir leben in einer komplexen, von Unsicherheit, Mehrdeutigkeit und ständigen Veränderungen geprägten Welt. Fehlende Klarheit bei gleichzeitigem Veränderungsdruck kann zu Anspannung und Stress führen. Sichtweisen werden starr und einseitig, gerade dann, wenn eigentlich Kreativität und mehrperspektivische Lösungen gefragt sind. Konflikte können so durch Polarisierung in Wahrnehmung, Denken und Fühlen besonders schnell eskalieren. Hier ist Führung und Kommunikation besonders herausfordernd. Um zu einem konstruktiven Dialog zu gelangen, braucht es in der instabilen Welt stabile Beziehungen. Unterschiedliche Sichtweisen müssen als wertvolles Potenzial betrachtet, stressbedingte Verhaltensmuster bemerkt und dahinterliegende Bedürfnisse erkannt werden. So ist es möglich, die Dynamik zwischenmenschlicher Teufelskreise im Konflikt zu durchbrechen und zu einem Dialog auf Augenhöhe zu gelangen.

### IHR NUTZEN

Sie lernen die Grundlagen achtsamer, einfühlsamer Kommunikation und werden aufmerksamer für die im Konflikt wirksamen Stressdynamiken.

Sie erlangen Kenntnis über die Stufen der Konflikteskalation und lernen Praktiken und Trainingstechniken, um auch im Konflikt innere Stabilität und Souveränität beizubehalten und Verbindung herzustellen.

### SCHWERPUNKT

Das Webinar vermittelt Grundsätze der gewaltfreien Kommunikation für Führungskräfte und zeigt, wie eine achtsame Haltung die dialogzentrierte Kommunikation unterstützen kann.

### ZIELGRUPPE

Führungskräfte, Organisationsentwickler\*innen

### THEMEN

Grundlagen der gewaltfreien Kommunikation

Dialogzentrierte Kommunikation

Dynamik zwischenmenschlicher Teufelskreise erkennen und durchbrechen

Achtsamkeitspraktiken zur Stärkung von Präsenz, Bewusstheit und Akzeptanz

### VORAUSSETZUNGEN

Das Webinar "Mindful Leadership - aus innerer Souveränität heraus handeln" liefert eine hilfreiche Basis für diesen Kurs, ist aber keine zwingende Voraussetzung

### TERMINE

**18.05.2022 (09:00 Uhr) bis**

**18.05.2022 (16:30 Uhr)**

Webinar | Online

Preis: 570,- € p.P.

Seminarleitung: Claudio Kunz

### INHALTLICH VERANTWORTLICH

Monika Gerber

E-Mail: [m.gerber@ard-zdf-](mailto:m.gerber@ard-zdf-medienakademie.de)

[medienakademie.de](mailto:m.gerber@ard-zdf-medienakademie.de)

Telefon: +49 911 9619-495

### KUNDENSERVICE

Ute Sperling

E-Mail: [kundenservice@ard-zdf-](mailto:kundenservice@ard-zdf-medienakademie.de)

[medienakademie.de](mailto:kundenservice@ard-zdf-medienakademie.de)

Telefon: +49 911 9619-367

### SEMINARNUMMER

48 132