



# WORKBOOK

## Konflikte lösen

Modul 6



Menschen empfinden Konflikte oft als überraschend. Das sind sie jedoch selten. Konflikte fallen nicht vom Himmel. Sie bahnen sich langsam an. In Form von Meinungsunterschieden.

Woran erkennen Sie diese bereits sehr früh?



Körperlich und gefühlsmäßig:

An der Sprache:



Warum sind aus manchen Ihrer Meinungsunterschieden Konflikte geworden?

Welche Glaubenssätze sind aufeinandergeprallt?

Welche Vorurteile haben auf beiden Seiten mitgespielt?



Haben Sie sich größer gefühlt als Ihr Gegenüber oder kleiner?

Welche Lebensgrundeinstellung war am Werk bei Ihnen?

Wie verändert sich Ihre eigene Lebensgrundeinstellung, wenn Sie unterschiedlichen Personen gegenüber stehen?



Welche 2 Ebenen sind an jedem Gespräch beteiligt?

Welche der beiden Ebenen beeinflusst den Ausgang des Gesprächs mehr? Warum?



Was von dem bisher Gelernten hilft Ihnen, Konflikte möglichst früh zu bearbeiten?



Welche neuen Konfliktlösestrategien haben Sie erkannt und bereits angewendet?



Fragen Sie sich jeden Abend:  
Was ist mir heute gut gelungen?

3-5 Antworten finden Sie sicher. Halten Sie diese schriftlich fest.  
Sollten Sie einmal der Meinung sein, gerade nichts zuwege zu bringen, lesen Sie hier nach, was Sie schon geschafft haben



Fragen Sie sich jeden Morgen:  
Was will ich heute noch besser machen als bisher?

Wählen Sie ein Vorhaben aus und halten sie es gleich schriftlich fest.





Gespräche führen, Menschen führen, Konflikte lösen sind anspruchsvolle Aufgaben. Wachsen Sie dabei jeden Tag ein Stückchen weiter.

Wir Menschen sind schließlich auf diese Welt gekommen, um die beste Version von uns selbst zu werden.

Auf diesem Weg wünschen wir Ihnen viel Freude und bleiben mit herzlichen Grüßen

Ihre

Edith Karl

und

Rudolf Pusterhofer