

Fotodokumentation

Konflikte gewaltfrei austragen

Tipping Points | 01.12.23



Kommunizieren und Menschen verbinden

anni@weise.id
+49 176 873 054 45

Reflexion: Persönliches
Konfliktverhalten

Welche Konflikte hast Du

in der 1 Akteur in Unvereinbarkeiten & dadurch Beeinträchtigungen erlebt

Definition nach Glasl

⇒ 2 Parteien

⇒ Unvereinbarkeit

⇒ Wahrnehmung, Sichtweisen, Handeln, Werte etc.

⇒ Beeinträchtigung

Die Eskalationsstufen nach Glasl

win-win

- 1 Verstimmung Irritation
- 2 Debatte Konfliktlösung oder ungelöst
- 3 Taten statt Worte kein Sinn miteinander zu reden

win-lose

- 4 Koalition Verbündete suchen
- 5 Gesichtsverlust öffentliche Angriffe
- 6 Drohungen/Ultimatum Druck mit drastischen Konsequenzen

lose-lose

- 7 Begrenzte Vernichtungsschläge evtl. physische Gewalt gegen Sachen
- 8 Zerstörung des gegnerischen Systems Sabotage
- 9 Gemeinsam in den Abgrund eigene Schäden akzeptiert

- * Ein Konflikt kann auf jeder Stufe enden
- * Stufen sind nicht immer klar trennbar
- * es ist möglich Stufen zu überspringen
- * Konfliktparteien können sich auf unterschiedlichen Stufen befinden

Aus meiner inneren Haltung
ergibt sich mein Handeln im Konflikt

Berücksichtigung
der eigenen
Bedürfnisse/Interessen

Durchsetzen

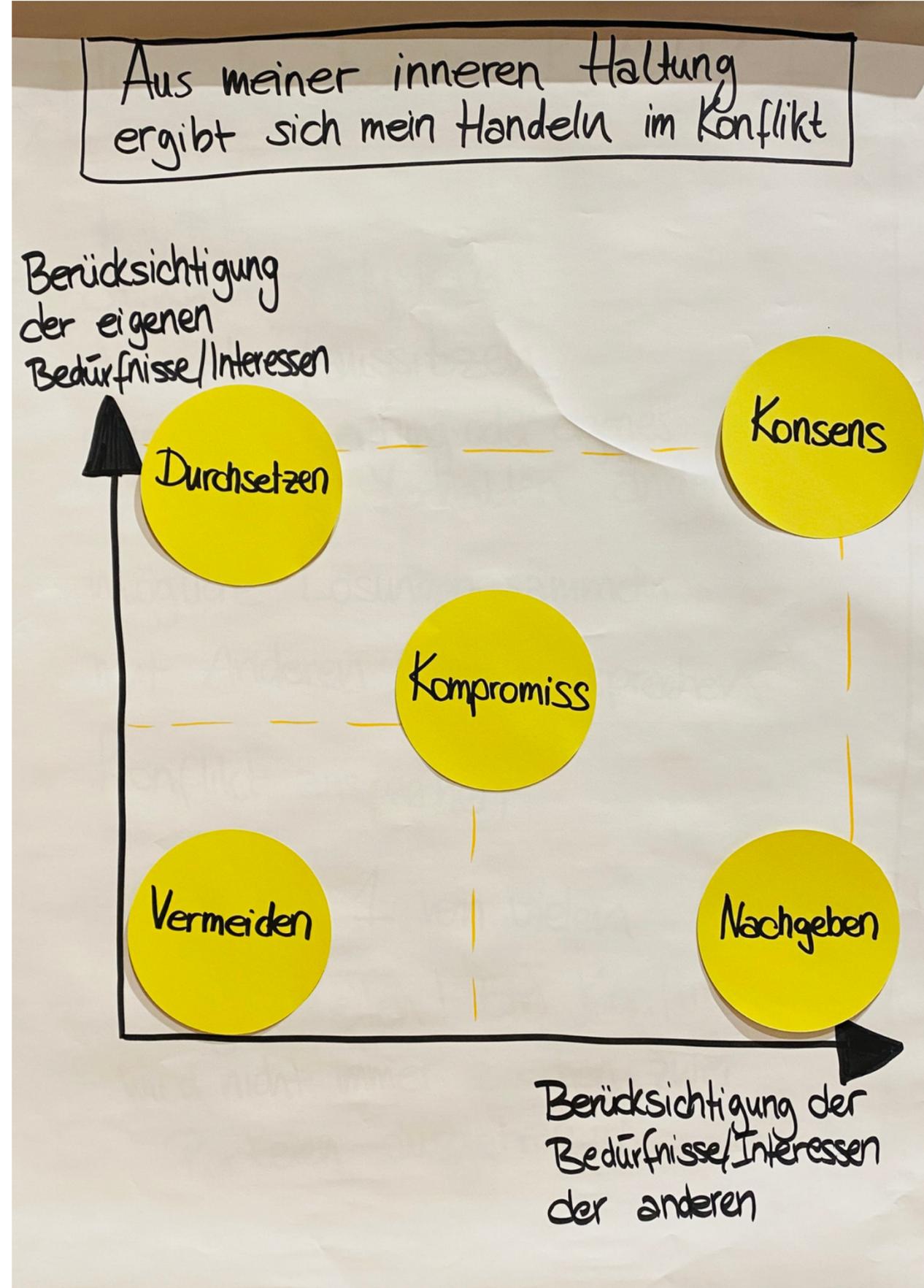
Konsens

Kompromiss

Vermeiden

Nachgeben

Berücksichtigung der
Bedürfnisse/Interessen
der anderen



Was tun bei einem Konflikt?

- Flucht
- Situation analysieren
- Abwarten / aussitzen
- eigene Bewertung oder eigenes Verhalten ändern
- Mögliche Lösungen sammeln
- mit Anderen darüber sprechen
- Konflikt ansprechen

↳ 1 von vielen

Möglichkeiten! Ein Konflikt wird nicht immer zwischen zwei Parteien ausgetragen!

Das Ziel des Harvard-Konzepts ist eine konstruktive Einigung in Verhandlungen



Behandel Menschen & Probleme getrennt voneinander

- Perspektivwechsel
- Emotionen ansprechen
- Aktives Zuhören



Konzentriere Dich auf Interessen, nicht auf Positionen

- Liste von Interessen erstellen
- häufig Grundbedürfnisse
- nach vorne schauen

Entwickel Optionen zum beiderseitigem Vorteil

- Brainstorming ohne Urteil
- vielversprechende Ideen markieren
- ausarbeiten & durchdenken
- entscheiden worüber wir entscheiden wollen



Bestehe auf das Anwenden neutraler Beurteilungskriterien

- willensunabhängig
- gesetzlich legitimiert
- praktisch durchführbar
- gibt es Präzedenzfälle?



Konflikte konstruktiv ansprechen

Sichtweise schildern

"Mir ist aufgefallen..."

Auswirkungen beschreiben

"Für mich heißt das..."

Gefühle benennen

"Ich fühle mich dann..."

Erfragen, wie Gegenüber es sieht

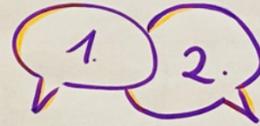
"Wie hast du das erlebt?"

Schlussfolgerungen ziehen

"Wir könnten es lösen,
indem..."

Kommunikative Methoden können
zur Konfliktlösung beitragen

Kontrollierter Dialog



Aktives Zuhören

Blitzlicht-Runden



Dynamic Facilitation

Forumtheater



Wir müssen uns "nur" trauen
den Rahmen zu gestalten...

Was ist hilfreich, wenn ich einen Konflikt anspreche?

Passendes Setting wählen

Sich auf Augenhöhe begegnen

Ruhe

offen zuhören

über Gefühle sprechen

Verständnis zeigen

aktiv zuhören

Vorbereitung

Struktur -> Was ich mir wünsche
-> Gesprächsregeln

Konfliktlösungs
bereitschaft
+ artikulieren

langsam vorgehen

Respekt

ich-Botschaften

andere Bedürfnisse berücksichtigen & trotzdem „egoistisch“ bleiben

klar artikulieren

Person fragen, ob Zeit/Kapazität für Gespräch => aktiv Zeit nehmen

die andere Person als Gatte
diskreditieren
nicht persönlich werden
persönlich werden

keinesfalls
Person reinversetzen

Fronten bilden
andere Leute
miteinbeziehen

ignorieren

verallgemeinern

beleidigen

lauter werden

Was kann ich tun,
um ein Konfliktgespräch
eskalieren zu lassen?

immer/nic

Self-
victimizing

nicht aufreden
lassen

sich selbst moralisch
oder intellektuell überlegen
fühlen

Vorwürfe
machen

spöttisch
Lachen

nicht
zuhören

bstreflexion

PERSPKTIVE:
KRITIK ALS
CHANCE / VERBESSERUNGSMÖGLICHKEIT

Wertschätzender
Umgang

ich ≠ persönlicher
Angriff

Respekt

er: in dem
man best wird
(pers. Gespräch)

Herzlichen Dank für den gelungenen Workshop mit Euch!
Ich wünsche Euch viel Erfolg bei der Umsetzung.
Eure Anni



KomKombinat
Anni Weise
Markgrafenstraße 38
79115 Freiburg

anni@weise.id
+49 176 873 054 45