



## Konfliktsouveränität Mehr innere Sicherheit in schwierigen Gesprächssituationen

*So meistern Sie jede Situation gelassen und souverän.*

Wo Menschen zusammentreffen, gibt es manchmal verschiedene Interessen, Sichtweisen und Emotionen. Dadurch entstehen oftmals schwierige Gesprächssituationen. Das kann Projekte und Planungen schnell ins Stocken bringen und das Arbeitsklima negativ beeinflussen. Je früher eine Führungskraft kritische Situationen oder sich anbahnende Konflikte erkennt und aktiv gegensteuert, desto schneller kann ein Team wieder zielorientiert zusammenarbeiten.

Doch nicht immer sind es Konflikte innerhalb von Teams. Manchmal sind es auch einzelne Mitarbeiter, die durch Minderleistung oder ihr Verhalten negativ auffallen. Auch hier ist die Führungskraft gefordert.

Kritikgespräche oder Konfliktlösungen schieben viele Menschen gerne auf die lange Bank. Doch wer seine innere Einstellung dazu verändert, solche Gespräche als Chance zur Weiterentwicklung ansieht, entwickelt sich schneller zur souveränen Führungskraft.

Und diese Souveränität und innere Gelassenheit lassen sich trainieren: Wie wir denken und fühlen zeigt sich äußerlich, auch wenn uns das nicht bewusst ist. Sicheres Auftreten und Handeln in schwierigen Situationen stärken Ihr Charisma und Ihre natürliche Autorität!

### Zielgruppe

- Geschäftsführung
- Führungskräfte, Projektleiter, Teamleiter
- Mitarbeiter, die ihr eigenes Konfliktverhalten verändern möchten – hierfür gibt es abgewandelte Seminarinhalte

### Investition

Dauer:  
2 Tage

### Ihr Nutzen

- Die vermittelten Methoden helfen Ihnen dabei, sich in verschiedenen schwierigen Situationen innerlich abgrenzen zu können.
- Sie stärken Ihre natürliche Handlungskompetenz, um selbst in angespannten Situationen überlegt zu handeln und sicher zu wirken.
- Sie entdecken eigene Ressourcen und Fähigkeiten, bauen diese aus, erkennen und lösen innere, bremsende Einstellungen und verwandeln diese in positive, unterstützende Energie.
- Sie entwickeln Freude am persönlichen Wachstum und erhalten wertvolle Impulse für Ihre persönlichen Fallbeispiele.

### Inhalte

- Grundmuster im Umgang mit schwierigen Gesprächssituationen
- Missverständnissen und Konflikten vorbeugen
- Stressfaktoren – Was ist Stress? Wie entstehen ärgerliche Reize? Wie gewinne ich mehr Gelassenheit?
- Den eigenen Zustand positiv beeinflussen
- Souveräner Umgang mit Kritik und schwierigen Personen
- Feedback wertschätzend geben und annehmen
- Das Mitarbeiter-Gespräch als Führungsinstrument zur persönlichen Weiterentwicklung
- Nützliches Handwerkszeug zur Klärung schwieriger Gesprächssituationen.
- Erkennen und Weiterentwickeln der eigenen Handlungskompetenz