

Entscheidung, Konflikt, Dilemma

... liegen eng beisammen. Man weiß nicht, wie man sich weiter verhalten soll. Es gibt viele Möglichkeiten, manche widersprechen sich...

In diesem Seminar bekommen Sie Raum, Ihre Situation zu betrachten, andere Standpunkte einzunehmen, das Umfeld zu erforschen – und evtl. ganz was anderes zu tun

.... und grundsätzlich etwas mehr über Konfliktlösung und Entscheidungsfindung zu erfahren.

Jeder Kursteilnehmer bekommt Gelegenheit, seine Situation darzustellen. Diese Situation wird in einem oder mehreren Ansätzen bearbeitet, um einen günstigen, nächsten Schritt zu finden. Sie können Fragestellungen aus dem beruflichen wie privaten Bereich einbringen.

Klare Sicht für Entscheidungen

Dieser Workshop öffnet Wege aus dem Dilemma, vermittelt Methoden und Ansatzpunkte, die eigene Lösung zu finden. Wir zeigen Ihnen Methoden und die richtigen „Werkzeuge“, um gezielt am eigenen Fall zu arbeiten.



- ▶ Heinz Bürkert (gewaltfreie Kommunikation nach Marshall Rosenberg; Methoden systemischer Aufstellung nach Prof. Varga von Kibéd und Insa Sparrer)
- ▶ Gisela Goblirsch-Bürkert (Kommunikationstrainerin und Unternehmensberaterin in den Bereichen innere Kommunikation, Krisenprävention und PR-Konzeptionen)

Termine:

09. Januar 2014, 19:00 bis 22:00 Uhr

23. Januar 2014, 19:00 bis 22:00 Uhr

06. Februar 2014, 19:00 bis 22:00 Uhr

20. Februar 2014, 19:00 bis 22:00 Uhr

Im Raum EG 06, Jagdfeldring 80, 85540 Haar

Gebühr: 101,00 €

Anmeldung mit der Kurs-Nummer 66615 unter www.vhs-haar.de oder telefonisch unter 089/45698510 oder 089/45698520

Klare Sicht für Entscheidungen

Methoden zur Lösungsfindung



Ihr Zwiespalt => Ihr nächster Schritt

Visualisierung und Gruppensimulation

Visualisierung & Simulation

Jeder Mensch hat von der Situation, in der er sich befindet, ein inneres Bild. Das kann man im Raum aufstellen, so werden Einzelteile besser sichtbar. Man sieht **Beziehungen** zwischen Menschen, Faktoren, Erwartungen. Es entsteht eine „Landkarte des inneren Bildes“.

Dort kann man ausprobieren, was geschieht, wenn man Beziehungen verändert. Dadurch kann man Empfindungen nachvollziehen und die am „inneren Bild“ beteiligten Personen besser verstehen.

Wir verwenden hier die ausgefeilten Verfahren des Syst-Instituts (nach Prof. Matthias Varga von Kibed, Professor für Philosophie & Wissenschaftstheorie und Insa Sparrer, Psychotherapeutin).

Bei diesen Methoden ergibt sich ein Verständnis für den kurativen (den heilenden) Lösungsweg.

Dabei gilt für uns als Gastgeber der Aufstellung die Prämisse: „Nicht WIR wissen die Lösung – sondern über jede Lösung entscheidet allein der Fragesteller. Wir geben nur Hilfestellung.“

GFK und Lösungsfokussierung

Gewaltfreie Kommunikation nach Marshall Rosenberg

Konflikte entstehen, wenn wichtige Bedürfnisse beider Seiten nicht befriedigt werden. Und wenn das eigentliche „Bedürfnis“ mit einer „Strategie zu Erfüllung“ verwechselt wird: z.B. „ich brauche Wasser“ contra „Es muss im Glas serviert werden“.

Wie Konfliktlösung funktionieren kann, wird vermittelt, kurz eingeübt und für die jeweiligen Situationen angewendet.

Lösungsfokussierte Gesprächsführung

Wie geht man „Probleme“ zielführend heran? Wer nur Gründe oder Schuldige sucht, endet immer wieder beim Problem selbst anstatt bei einer Lösung.

Das „lösungsfokussierte Gespräch“ zeigt den Weg, um auf seine eigenen Stärken und seine Chancen zurückgreifen zu können. Eine Lösung wird dadurch leichter erkennbar. Und konkrete Schritte dorthin entwickeln sich von selbst.

Entscheidungstabelle

Entscheidungstabelle

Aus der Informatik stammend, lassen sich Konfliktthemen auch formal darstellen. Diese „Entscheidungstabellen“ zeigen auf, wie oft (unabsichtlich) aneinander vorbei argumentiert wird.

So bringt man Klarheit in komplexe Situationen und erkennt:

- Man spricht über unterschiedliche Kriterien *oder*
- man schätzt das gleiche Kriterium unterschiedlich ein *oder*
- verschiedene Kriterien sind den Beteiligten unterschiedlich wichtig.

Hat man das einmal geklärt, kann man viel emotionsloser damit umgehen.

Basis aller Methoden:

- ▶▶ Halte Dich von Verurteilungen fern!
- ▶▶ Entsprechend der japanischen Zen-Weisheit :“ Du musst nicht nach Erleuchtung trachten, es genügt von Urteilen abzulassen!“