

Konflikthåndtering – Tæm følelserne og find en vej ud

Målsætning

Vi kan ikke løse alle konflikter, men du kan lære at håndtere situationer, hvor modstridende interesser bringer følelserne ud af kontrol. Først når der er styr på følelserne, kan parterne begynde at finde løsninger, kompromiser eller acceptable måder at forholde sig til konflikten på. På kurset inddrager vi deltageres egne erfaringer og spørgsmål.

Forudsætninger

Kurset forudsætter aktiv deltagelse. Vi veksler mellem teori, øvelser, træning og dialog. Anders Stahlschmidt er kendt for at skabe et læringsrum, hvor den enkeltes deltagers udfordringer bliver bragt i spil.

Målgruppe

Beskrivelse af målgruppe.

Indhold

Det gælder om at være blød og respektfuld overfor personerne i konflikten, men behård ved de problemer, der skal løses. På dette kursus får du en række redskaber, du kan bruge i både små og store konflikter, på arbejdet såvel som hjemme i familien, hvis du da nogensinde har konflikter på den front. Redskaberne vil gøre dig i stand til at se konflikterne udefra, så du kan optræde som den, der har overblikket til at finde en vej ud, også når du selv er part.

- Konflikts art - lær at skelne mellem forskellige konflikttyper
- Chunking - en metode til at finde fælles antagelser og interesser
- Dit sprogbrug er nøglen til at få kommunikation op over snot- og tåregrænsen
- Formuler dine anklager som ønsker
- Registrer og hold dig til fakta, undlad at fremlægge fortolkninger som om de var sandheder
- Spørgeteknik - kend forskel på spørgsmål, der fokuserer bagud og fremad
- Aktiv lytning
- Papegøjeteknik
- Metamodellen
- Parternes roller og relationer, magtforholdet og strategien
- Dine personlige rettigheder
- Faserne i konfliktoptrapning
- Faserne i konfliktløsning

Varighed

2 dage.

Materiale

Som deltager får du et eksemplar af Anders Stahlschmidts nye bog "Førstehjælp til Feedback" udkommet på Gyldendal Business 2009.

Instruktøren

Kommunikationsrådgiver Anders Stahlschmidt er en erfaren journalist og har mange års erfaring i at undervise ledere, advokater, rådgivere i finanssektoren og andre faggrupper i kommunikation. Han trækker desuden på en solid teoretisk og praktisk viden om spørgeteknik og dialog. Forfatter til bl.a. "Tag ordet - grib forsamlingen" og "Præsentationsteknik".