

Konflikte erkennen und lösen

Andreas Steinhübel
Diplom-Psychologe
Organisationsberater

Steinhübel Coaching GmbH
Krahnstraße 49
D-49074 Osnabrück

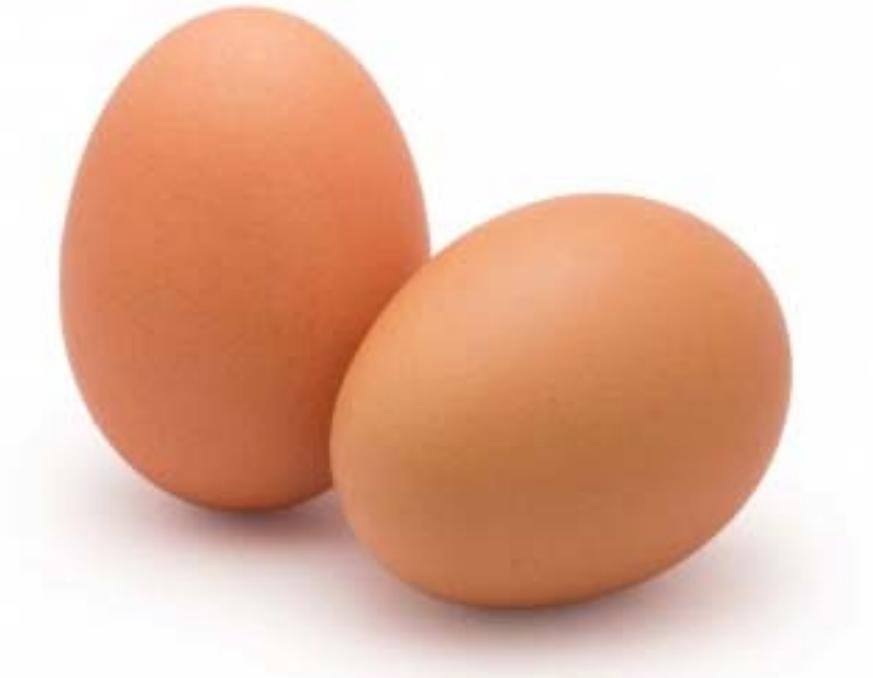
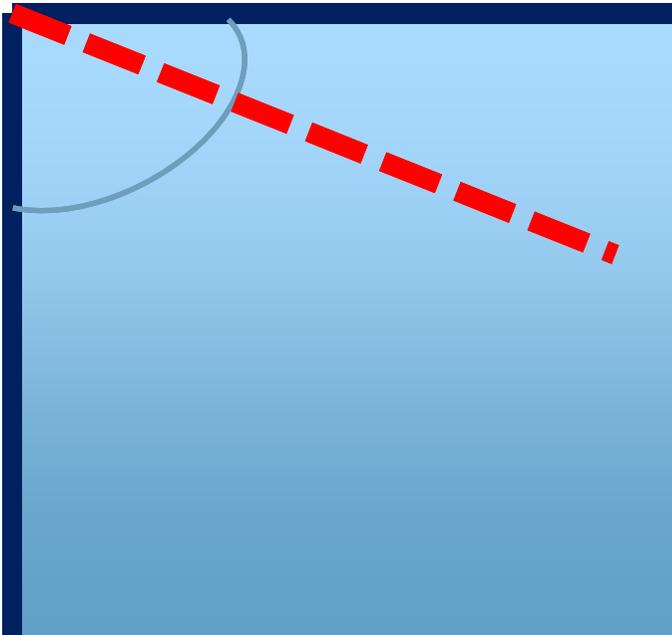
T +49 (0) 5 41 58 02 94 95
office@steinhuebel.de
www.steinhuebel.de

Mitglied im  **DBVC** e.V.
Deutscher Bundesverband Coaching

Mitglied in  **GSOB**
Deutsche Gesellschaft für Systemische
Organisationsberatung e.V.

Das muss so oder

Was Konflikte mit Eiern zu tun haben...



**„Konflikt ist, wo jeder will,
dass der andere sich ändert.“**

Prof. Kögl

**„Hinter jedem Konflikt steckt ein
unerfülltes Bedürfnis.“**

Marshall Rosenberg

**Behandle
mich fair!**

**Hör mir
wirklich zu!**

**Sei ehrlich
zu mir!**

**Nimm mich
ernst!**

Ein Paar will in den Urlaub...



Ziel



Ressourcen



Prozess



Beziehung

Wenn das alles so einfach wäre...



“Ich muss nur seine Stimme hören, dann gehe ich schon steil.“



Eskalationstreppe



S**Sachlicher Einstieg**

Mir ist heute wichtig...

T**Thema offen auf den Tisch**

Ich habe festgestellt, dass ...

R**Reaktion abfragen**

Wie sehen Sie die Situation?

E**Einlassen auf die Sicht des Gegenübers**

Ich möchte gerne verstehen, wieso ...?

I**Interesse an einer Lösung**

Wie gelingt es uns, die Situation für beide gut zu lösen?

T**Treffern einer Vereinbarung**

Wie verbleiben wir verbindlich?

E**Erneute Lösungssuche**

Jetzt, mit etwas Abstand, was machen wir mit der Situation?

N**Nachhaltigkeit**

Wie sichern wir, dass die Lösung auch nachhaltig bleibt?

Die BMW-Regel

Bitte mit Wunsch!

“Was ich mir von Ihnen
wünche ist...”

“Was ich dazu
beitragen kann, ist...”

Brücke suchen

Suche nach
Gemeinsamkeiten!

“Worin wir uns einig
sind, ist...”

“Was noch zu klären
ist...”



Timing

Den richtigen Zeitpunkt
suchen!

“Wann gehe ich das
Gespräch an?”

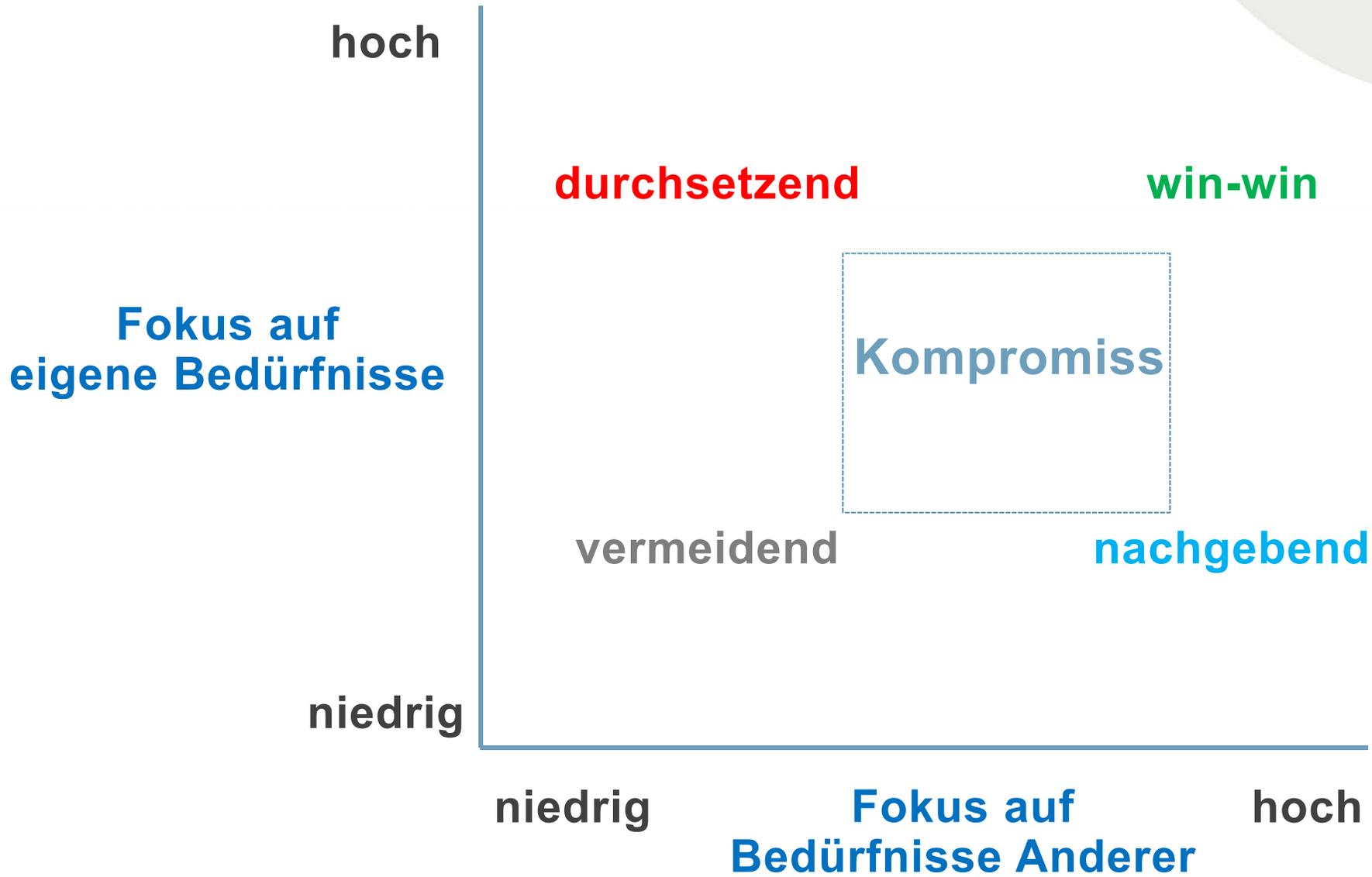
“In welchem Rahmen
sprechen ich?”

Abstand schaffen

Mit Abstand schauen!

“Was würde mich in 2
Jahren immer noch
stören?”

“Welcher
Energieeinsatz ist
dafür gerechtfertigt?”



Vielen Dank für Ihr Interesse!
Ihre Lösungspartner für Führungs-
und Organisationsentwicklung.
Psychologisch, wissenschaftlich
fundiert und mit dem
Trüffelschwein-Prinzip.

Fragen im Nachgang:

andreas@steinhuebel.de

0541-58029495

www.steinhuebel.de

**AKADEMIE
Training
Mentale Stärke
mit Dr. Rietmann
am 20.04.18**

