

# Einladung

Zum Seminar der BUND Akademie



## Konflikte konstruktiv lösen Konfliktverhalten, Dynamik & Lösungsansätze

am 23. Februar 2019  
von 10:00 bis 16:30 Uhr

im Willy-Brandt-Forum, Wismarsche Straße 152  
(Erdgeschoß BUND-Landesgeschäftsstelle Schwerin)

Konflikte beinhalten immer auch die Chance, strittige Fragen zu klären und zu einem besseren Miteinander zu kommen. Selbst in den besten Gruppen kommt es hin und wieder zu Spannungen. Wichtig ist nur der konstruktive Umgang mit Konflikten.

Im Workshop werden wir uns intensiv mit unserem Konfliktverhalten und der Dynamik von Konflikten auseinandersetzen. Konstruktive Kritik sowie ein strukturiertes Gespräch können zur Lösung von Konflikten beitragen - damit sich alle wieder in die Augen gucken können.

### Referentin

Dr. Claudia Bielfeldt ist Landesvorsitzende des BUND Schleswig-Holstein und arbeitet als selbständige Mediatorin, Konfliktcoach und Trainerin.

### Organisatorisches

Für BUND-Mitglieder ist die Teilnahme kostenlos. Die Plätze sind begrenzt, Anmeldungen werden nach Eingang berücksichtigt. Bei Fragen können Sie sich jederzeit an Annett Beitz, Freiwilligenkoordinatorin beim BUND M-V, Tel. 0395-569 16 428, wenden.

### Anmeldung

Anmeldungen sind bis zum 18.02.2019 möglich. Einfach eine E-Mail mit dem Betreff „Konflikte“ an: [annett.beitz@bund.net](mailto:annett.beitz@bund.net) senden. Eine Anmeldebestätigung erfolgt ebenfalls per E-Mail.

### Anreiseinformationen

Die BUND-Landesgeschäftsstelle Schwerin liegt nur wenige Gehminuten vom Schweriner Hauptbahnhof entfernt. **Adresse:** Wismarsche Straße 152, 19053 Schwerin

**Karte:** [http://www.bund-mecklenburg-vorpommern.de/ueber\\_uns/landesgeschaeftsstelle/](http://www.bund-mecklenburg-vorpommern.de/ueber_uns/landesgeschaeftsstelle/)

# Konflikte konstruktiv lösen

## vorläufiges Programm

Ab ca. 09:30 Opening: Kaffee und Gespräche

---

**Block 1: Einführung** **10:00 – 11:15**

Hallo und herzlich willkommen

Konfliktdynamik und "Rohrbombe entschärfen" (Übung)

Eskalationsstufen von Konflikten

**Pause** **11:15 – 11:30**

**Block 2: Umgang mit Konflikten** **11:30 – 12:45**

Die Steinzeit und das eigene Konfliktverhalten

Reaktionen auf unterschiedliches Konfliktverhalten (Übung)

**Mittagessen und Raum für Gespräche** **12.45 – 13:30**

**Block 3: Klarheit als Chance in schwierigen Situationen** **13:30 – 14:45**

Feedback geben und nehmen

Kritik wertschätzend äußern (Übung)

Umgang mit Emotionen

**Pause** **14:45 – 15:00**

**Block 4: Konflikte konstruktiv lösen** **15:00 – 16:30**

Konfliktgespräche führen (Übung)

McConflict oder was ich aus dem Seminar mitnehme

Hinweis: Das endgültige Programm wird im Verlauf des Seminars gemeinsam mit den Teilnehmer\*innen entwickelt. Änderungen sind dementsprechend möglich.