

Erfahrungsbericht zu "Gewinnende Konfliktlösung"

10.03.2020

Im November 2019 besuchte ich den Intensivworkshop der Akademie in einem Seminarhotel im Taunus. Neben mir kamen hier noch weitere 6 Menschen zusammen, um in 4 Tagen zu erfahren, wie sie Konflikte „gewinnbringend“ lösen können.

 Beitrag teilen

GASTBEITRAG



Ich hatte mich für dafür entschieden, da ich seit geraumer Zeit festgestellt hatte, dass ich in Konfliktsituationen zum Weglaufen neigte, und war es leid, solche Situationen zu vermeiden, nur um die vorgetäuschte Harmonie zu wahren. Manchmal führt nun mal kein Weg daran vorbei, die Themen anzugehen und ich hatte es satt, immer zu warten, bis das Fass am Ende überläuft, nur um dann unkontrolliert zu „platzen“.

Die Zeit im Seminar hat mich und meinen Umgang mit Konflikten in beeindruckender Weise verändert. Vielleicht macht dieser Erfahrungsbericht anderen Menschen Lust und Mut, sich mit ihren Konfliktthemen aktiv auseinanderzusetzen. Ich persönlich kann es nur empfehlen!

Die ersten Minuten im Seminarraum waren erfüllt von einer gespannten Erwartungshaltung, welche die Trainerinnen durch die erste Übung „Tratsch im Treppenhaus“ und damit verbundenen Aha-Momente in eine offene und vertrauensvolle Atmosphäre verwandelten. Es ging mit einer ausführlichen Vorstellungsrunde der Teilnehmer weiter, in der jeder ein paar Worte zu sich sagte und Gelegenheit hatte, seine Erwartungen an das Seminar zu schildern. Im Rückblick ist mir klar, dass hier schon die intensive Arbeit an unseren Themen begann. In den nächsten Tagen haben wir uns in unterschiedlichsten Übungen immer besser kennengelernt und viel über die eigenen Konfliktmuster und die der anderen erfahren. Es gab so gut wie keine Theorie und dennoch wurde alles Erlebte „übersetzt“. Es gelang den Trainerinnen immer mit großem Einfühlungsvermögen und präzisen Fragen, den „Finger in die Wunde zu legen“. Die Übungen waren ungewöhnlich, kreativ, tiefgehend und immer auf den Punkt gebracht! Selbst wenn man nicht direkt an einer Übung beteiligt war, bekam man Impulse, die in einem Reflexionsschritt auf die eigenen Themen übertragen werden konnten. Vier Wochen nach dem Intensivworkshop trafen wir uns alle noch einmal „virtuell“ und es war sehr spannend zu hören, wie die Eindrücke bei uns allen nachwirkten. Jeder hat sich „auf den Weg gemacht“ und damit begonnen, das Gelernte aus dem Seminar im Alltag proaktiv umzusetzen.

All das hat dafür gesorgt, dass das Seminar bis heute bei mir deutlich nachwirkt. Ich gehe bewusster mit dem Thema Konflikt um und kann vieles Gelernte in der Praxis anwenden. Ich bin sensibilisiert für meine eigenen Muster im Umgang mit Konflikten und probiere mich in meinem beruflichen und privaten Umfeld mit großer Neugier aus!

Dafür vielen Dank! Das Seminar hat sich bei mir nachhaltig ins Gedächtnis eingebrannt und war wohl eins der besten, die ich bis dato besucht habe.