

Anwendungsübung

Konfliktfähigkeit

Kleingruppen à 3 Personen

60 min

Der Ablauf:

Drei Runden mit jeweils wechselnden Rollen:

- 10 Minuten Übung
- 10 Minuten Feedback und Reflexion

Die Rollen:

Keine lange Vorbereitung, wenige Sätze, die den Kontext beschreiben, reichen aus.

A) Fallgeber*in: Du bringst eine konkrete Situation aus deinem eigenen beruflichen Alltag ein, die du als angespannt oder konflikthaft erlebt hast.

B) Du nimmst die Rolle des Gegenübers ein und reagierst möglichst authentisch und realistisch auf die Gesprächsangebote der Fallgeberin. Wenn du nicht weiter weißt: paraphrasiere, was bei dir angekommen ist.

C) Beobachterrolle: Du beobachtest das Gespräch und gibst danach Rückmeldung.

Feedback und Reflexion:

1. Feedback an sich selbst durch Fallgeberin:

- a. Was ist mir gut gelungen? (mindestens 2 Dinge)
- b. Was möchte ich beim nächsten Mal anders oder besser machen? (mindestens 2 Dinge)

2. Feedback des Gesprächspartners B:

- a. Was ist gut gelungen? (mindestens 2 Dinge)
- b. Was könnte beim nächsten Mal anders oder besser gemacht werden? (mindestens 2 Dinge)

3. Feedback der Beobachters:

- a. Wann hast du gemerkt, dass die Fallgeberin etwas nicht gesagt hat?
- b. Was hast du in dem Moment beobachtet (Körperhaltung, Tempo, Gestik, Mimik) ?
- c. Was hat die Fallgeberin vielleicht zurückgehalten?

Gemeinsam: Gab es einen Wendepunkt (Tempo/Intensität...) im Gespräch? Was ist da passiert?