

## Information kompakt

**Seminarleitung:** Dr. Arne Schöler  
**Termine:** 14. Mai oder 17. September 2017,  
jeweils 10:00 – 17:30 Uhr

**Ort:** IndiTO, Estermannstr. 204, 53117 Bonn

**Kosten:** 120,00 Euro

**Kurs-Nr.:** 3019 oder 3020

Anmeldung online möglich unter:  
www.indito.de [Seminarprogramm]

## Rücktrittsbedingungen und Stornokosten

Treten Sie bis 4 Wochen vor Seminarbeginn zurück, entsteht für Sie eine Bearbeitungsgebühr von 20,00 Euro. Bei einem Rücktritt bis 2 Wochen vor Beginn werden 50% der Seminargebühren fällig, danach wird der Gesamtbetrag einbehalten/nachgefordert.

Bei Nichtteilnahme oder Abbruch der Teilnahme besteht ungeachtet der Gründe kein Anspruch auf Rückerstattung.

Falls wir die Veranstaltung absagen müssen, geben wir Ihnen so früh wie möglich Bescheid und erstatten den Beitrag.

## Wir über uns

IndiTO – Bildung, Training und Beratung

Wir gestalten Weiterbildung wirkungsvoll, lebensnah und praxisorientiert.

Unser Programm umfasst Seminare, Trainings, berufsbezogene Fortbildungen, Studienreisen und Exkursionen.

Zudem bieten wir Beratungsleistungen für Organisationen, für Teams und für Einzelpersonen an.

IndiTO ist eine staatlich anerkannte Einrichtung der Weiterbildung und zertifiziert durch den Gütesiegelverbund Weiterbildung.

Wenn Sie nähere Informationen zu unseren Angeboten wünschen, rufen Sie uns an, schreiben Sie uns oder besuchen Sie uns im Internet. Wir sind gerne für Sie da!



IndiTO  
Estermannstraße 204  
53117 Bonn  
Telefon 0228 674 663  
Fax 0228 680 400

www.indito.de  
info@indito.de

**Volksbank Bonn Rhein-Sieg**  
Konto 1 501 895 039  
BLZ 380 601 86  
IBAN DE87 3806 0186 1501 8950 39  
BIC GENODE33BRS

## Ich im Konflikt II –

**Selbstsicherer und souveräner mit  
persönlich herausfordernden  
Konfliktsituationen umgehen**

### Vertiefungsworkshop

**Bonn, 14. Mai oder 17. September 2017**



Bildung, Training und Beratung für  
Individuen, Teams und Organisationen



## Ich im Konflikt II - Selbstsicherer und souveräner mit persönlich herausfordernden Konfliktsituationen umgehen

Mit der Vorerfahrung aus dem Einführungsworkshop „Ich im Konflikt“ oder vergleichbaren Kursen begeben wir uns sowohl ungeplant als auch bewusst in Konfliktsituationen, die uns besonders herausfordern und „schwer fallen“.

In dieser Auseinandersetzung geht es um bislang unaufgelöste innere Reizsituationen, die im Konfliktfall regelmäßig zu z.B. Ärger, Widerstand, Scham oder Trauer führen und Ihnen die gewünschte Souveränität und Klarheit nehmen, um sich der Situation gewachsen zu fühlen.

Im Verlaufe des Workshops werden Sie an Hand von Rollenspielen – möglichst mit Ihren eigenen, als aktuell erlebten Konfliktfällen – Erfahrungen über sich sammeln und reflektieren. Anschließend werden Sie neue Strategien und Verhaltensweisen anwenden und üben, um diese zu integrieren.

Unsere wichtigsten Hilfen hierbei sind die (Selbst-) Empathie, Gesprächsformen nach Carl Rogers und Methoden der Konfliktmediation. Daneben unterstützt uns die Haltung aus der gewaltfreien oder wertschätzenden Kommunikation (GFK) nach Marshall Rosenberg, die besagt, dass alle Formen von Kritik, Angriff, Bewertungen und Urteilen Ausdruck unerfüllter Bedürfnisse sind.

Empathie von Seiten der Teilnehmerinnen und Teilnehmer sowie Coachings durch den Trainer unterstützen Sie dabei, Ihre Reizsituationen aufzulösen und sich einen Zugang zu Ihrer inneren Stärke in diesen Situationen zu ermöglichen.

*Im Kurs erleben Sie und lernen:*

- vertiefte Sicherheit im Umgang mit plötzlichen und starken Gefühlsausbrüchen
- Reflexion eigener Reizsituationen und Verhaltensmuster
- erhöhte Selbstsicherheit und Souveränität
- Schulung der Empathie-Fähigkeit

Die praktischen Sequenzen werden durch Reflexion des eigenen Verhaltens und Hintergrundinformationen zu den Methoden ergänzt. Übungen in Kleingruppen und im Plenum werden angeleitet bzw. unterstützt.

Vorerfahrungen aus Kursen zur empathischen Gesprächsführung oder zur Konfliktbewältigung bilden die Voraussetzung für die Teilnahme an diesem Workshop. Nehmen Sie bitte Kontakt mit Arne Schöler auf, wenn Sie Vorkenntnisse aus anderen Fortbildungen als „Ich im Konflikt“ haben.

Zielgruppe: Der Workshop richtet sich an alle, die souveräner mit den eigenen und fremden Gefühlen in Konfliktsituationen umgehen wollen. Er eignet sich sowohl für die private als auch für die berufliche Weiterbildung.

**weitere Informationen:**

[www.losloesung-coaching.de](http://www.losloesung-coaching.de)

### Referent



Dr. Arne Schöler, Jg. 1967  
Mediator, Coach und Team-Coach mit dem Schwerpunkt empathisches Coaching, Diplom-Biologe und Ökologe

*„Seit 2007 führe ich an Hochschulen Coachings und Trainings als Organisationsentwickler durch. Unter den vielen Methoden, die ich kennen gelernt habe, ist der empathische Ansatz nach Marshall Rosenberg und Carl Rogers aus meiner Sicht besonders hilfreich. Mein besonderes Interesse als Coach und Trainer gilt der Entwicklung einer empathischen Gesprächsführung und einem empathischen Selbstmanagement für Einzelpersonen und Teams.“*

Unsere TrainerInnen arbeiten teilnehmenden- und prozessorientiert, d.h. mit Beispielen der Teilnehmenden und bei Bedarf mit Themen, die während des Seminars entstehen.