

## Informationen kompakt

Termin: 26.05. – 28.05.2025  
Mo 10:00 Uhr - Mi., 16:00 Uhr  
(Mo 10.00-18.00, Di 09.00-17.00 Uhr,  
Mi 09.00-16.00 Uhr)

**Ort:** IndiTO Bildung, Training und Beratung  
Estermannstr. 204, 53117 Bonn

## Kosten

320,00 € für Privat  
420,00 € für Firmen

## Rücktrittbedingungen und Stornokosten

Treten Sie bis vier Wochen vor Kursbeginn zurück, entsteht für Sie eine Bearbeitungsgebühr von 20,00 Euro. Bei einem Rücktritt bis zwei Wochen vor Beginn werden 50% der Seminargebühren fällig. Danach wird der Gesamtbetrag für die Kursgebühr berechnet.

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

Wir empfehlen den Abschluss einer Seminarrücktrittsversicherung.

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!



Indi TO  
Estermannstraße 204  
53117 Bonn  
Telefon 0228 674 663  
Fax 0228 680 400

www.indito.de  
info@indito.de

Volksbank Köln Bonn eG  
Konto 1 501 895 039  
BLZ 380 601 86  
IBAN DE87 3806 0186 1501 895 0 39  
BIC GENODE33BRS

# Konflikte – ungeahntes Potenzial (für mehr Harmonie) Bildungsurlaub

in Bonn

26.05. – 28.05.2025



# Konflikte – ungeahntes Potenzial für mehr Harmonie

## - Empower yourself -

Wir alle haben schon Konfliktsituationen erlebt: zwei Menschen, eine Gruppe, ein Team streiten sich, setzen sich womöglich lautstark auseinander.

Wie gehen wir normalerweise mit Konflikten um? Sehen wir Konflikte als Herausforderung, als Entwicklungschance, in der es darum geht, mit unterschiedlichen Interessen und Bedürfnissen umzugehen?

Und was ist das Besondere an einem Konflikt? Die möglicherweise hohe Emotionalität und Unkontrollierbarkeit?

Konflikte zeichnen sich dadurch aus, dass sie mehr oder weniger stark emotionsgeladen sind. Kennen Sie einen Konflikt ohne Emotion? Wohl kaum! Emotionen schwingen in ein Konfliktgespräch rein und überdecken häufig die eigentliche Sache. Das bedeutet, die Lösung für einen Konflikt setzt voraus, dass ich mich auch mit den Emotionen auseinandersetze. Mit den eigenen und denen des Gegenübers!

In Konflikten eine gute und nachhaltige Lösung zu finden, erfordert Selbstreflexion und eine klare Haltung zum Streiten und zum Gegenüber.

Im Seminar haben Sie die Möglichkeit, sich selbst und Ihre Emotionen in Konflikten besser kennen und verstehen zu lernen, sich selbst zu reflektieren, um in Konfliktgesprächen klarer agieren und reagieren zu können. Dafür arbeiten wir mit und an verschiedenen Konfliktsituationen und setzen uns damit auseinander.

Ich möchte Sie dabei unterstützen, sich selbst und ihr Gegenüber besser kennenlernen und einschätzen zu

können und Konfliktgespräche konstruktiv zu gestalten und angemessen/authentisch reagieren zu können.

Ziel ist, dass Sie, ausgestattet mit dem entsprechenden Handwerkszeug, in Zukunft gestärkt in Konfliktsituationen hineingehen, da Sie sich selbst, die Reaktion Ihres Gegenübers und auch die Situation besser einschätzen können.

### Ihr Nutzen/Seminarziele

- Verlieren Sie Ihre Scheu vor Konflikten und begreifen Sie diese als Chance.
- Steigern Sie Ihre Konfliktfähigkeit, indem Sie Ihre Trigger, Reaktionsmuster und Gefühle in Berufs- und Privatleben kennenlernen.
- Entwickeln Sie Ihre emotionale Kompetenz in Konfliktsituationen.
- Lernen Sie, bestimmt und empathisch (berufliche) Konfliktgespräche zu führen.

### Ihre Trainerin



Renate Huppertz  
Trainerin für Persönlichkeitsentwicklung, Mediatorin,  
Systemischer Coach,

Das echte Gespräch bedeutet: aus dem Ich heraustreten und an die Tür des Du klopfen

Albert Camus

Anmeldung online möglich unter:  
[www.indito.de](http://www.indito.de) [Seminarprogramm]  
*Als Bildungsurlaub in NRW anerkannt.*