

# Perspektivwechsel in Konfliktgesprächen

Es knirscht und kracht. Wer kennt das nicht? Vielleicht stehst du gerade im Coaching oder einer Teamentwicklung vor genau dieser Situation? Oder du bereitest ein Kommunikationstraining vor und möchtest deine Teilnehmer für einen lösungsorientierten Umgang mit Konflikten öffnen? So oder so sorgt diese Übung für ein besseres Verständnis zwischen Konfliktpartnern und ermöglicht ein lösungsorientiertes Handeln - auch und gerade wenn es mal knirscht.

## Setting

- ★ Rollenspiel vor der Gruppe
- ★ 2 Konfliktpartner, Rest der Gruppe sind Beobachter

## Vorgehensweise

- ★ Die Konfliktpartner steigen in das Konfliktgespräch ein. Dies kann ein vor dir vorgegebenes Thema sein, das zum Seminarthema passt oder ein Thema, das während des Seminars als Konfliktthema benannt wurde.
- ★ Wenn sich der Konflikt dem Höhepunkt nähert, stoppst du den Dialog durch ein akustisches Signal. Die Konfliktpartner wechseln ihre Rollen und setzen bei erneutem Signal ihren Dialog fort. Diesmal in der Rolle des Konfliktpartners.

**ACHTUNG:** Fordere deine TN auf, sich in die neue Rolle hineinzusetzen. Dabei helfen Platzwechsel und entsprechend Zeit.

- ★ Breaks und Wechsel kannst du beliebig oft in passenden Momenten durchführen. Als Abwandlung können auch die anderen Seminarteilnehmer diese Breaks fordern. So gehen sie intensiver in ihre Beobachterrolle und erkennen aus dieser Position heraus die kritischen Momente im Gespräch.
- ★ Die Übung kann auch mit mehreren Konfliktpartnern durchgeführt werden, die dann bei den Breaks im Uhrzeigersinn ihre Position und damit ihre Rolle wechseln. Das erfordert allerdings ein wenig Übung.



# Perspektivwechsel in Konfliktgesprächen

## Nachbesprechung / Reflexion

- ★ Wie hast du dich in deiner eigenen Konfliktrolle gefühlt?
- ★ Wie hast du dich in der Rolle des anderen Konfliktpartners gefühlt?
- ★ Welche Erkenntnisse ziehst du daraus?
- ★ Was ist den Beobachtern aufgefallen?
- ★ Welche ‚Lessons learned‘ gibt es insgesamt?



Ein dickes Dankeschön unserer lieben Andrea Bolte, die in unserer **Trainerausbildung** in den Modulen 1, 2 und 5 mit am Start ist.

[www.mentalcoaching-hameln.de](http://www.mentalcoaching-hameln.de)

