



In 2 Sekunden auf der Palme? Wie der Turboantrieb der Emotionen funktioniert

Konflikte haben es in sich! Sie zeugen von Missverständnissen, Unterschieden in der Wahrnehmung und Bewertung einer Situation sowie ungleichen Erwartungen im täglichen Miteinander. Sie sind begleitet von einem wahren Gefühlscocktail aus Angst, Wut, Ablehnung und Kränkung. Selten zeigen wir uns dann von unserer besten und konstruktiven Seite. Dabei sollen doch Konflikte „fruchtbar“ sein und zu führen, die besser sind als die bisherigen.

Wenn wir in uns hineinhören, finden wir angesichts konfliktreicher Situationen selten nur eine einzige „Stimme“. Vielmehr versammeln sich verschiedene innere Anteile, die sich selten einig sind und die alles daransetzen, auf unsere Kommunikation und unser Handeln Einfluss zu nehmen und die uns innerhalb kürzester Zeit auf die innere Palme bringen. Mit dem Modell des Inneren Teams lassen sich diese verschiedenen Facetten und Empfindungen von Streitbeteiligten in den Vordergrund der Betrachtung rücken. In dem interaktiven Workshop betrachten wir mit Hilfe des Modells des Inneren Teams, wie sich eine ungünstige innere Konfliktdynamik entfaltet und wie sie sich auflösen lässt.

FairStreiten: Dipl.-Psych. Alexandra Bielecke, M.A.

17:00 - 18:00 Uhr

Thema: Inneres - Team - Workshop zum Tag der Mediation

<https://us02web.zoom.us/j/81098770248?pwd=TWdvTEJ2L2YyL3FFU2o1dmpUcmpvdz09>

Meeting-ID: 810 9877 0248

Kenncode: 926295

TAG
DER **MEDIATION**
DEUTSCHLAND | ÖSTERREICH | SCHWEIZ

BAFM Bundes-Arbeitsgemeinschaft
für Familien-Mediation e.V.