

Konflikt-Navigator für Ausbilder*innen

Signale erkennen, Interpretationen hinterfragen und frühzeitig handeln

1. Frühwarnsignale erkennen

Welche Signale kannst du beobachten?

- ☐ Rückzug
- ☐ Gereizte Reaktion
- ☐ Missverständnisse
- ☐ Ignorierte Absprachen
- ☐ Schuldzuweisungen
- ☐ Grüppchenbildung

2. Beobachten statt bewerten

Beobachtung

“Alex sagt heute nichts.”

Bewertung

“Alex hat keine Lust.”

Beschreibe zuerst, was du wahrnimmst.

3. Eigene Annahmen prüfen

Was weiß ich sicher?

Was vermute ich?

Welche andere Erklärung gibt es?

Bin ich offen für andere Sichtweisen?

4. Präventiv nachfragen

- ☐ Wie erlebst du die Situation?
- ☐ Was beschäftigt dich?
- ☐ Wo gibt es Missverständnisse?
- ☐ Was würde dir jetzt helfen?

Verstehen,
statt bewerten!

5. Frühzeitig handeln

Sprich wahrgenommene Spannungen frühzeitig an, bevor aus Missverständnissen festgefahrene Konflikte werden.

- ☐ Beobachtungen ansprechen
- ☐ Wahrnehmungen schildern, ohne zu bewerten
- ☐ Perspektive anhören
- ☐ Lösungen suchen
- ☐ Konkrete Vereinbarungen treffen

6. Mein Konfliktkompass

Check vor dem Gespräch:

Nimm dir vor einem Gespräch einen Moment Zeit, um deine Wahrnehmung, Annahmen und Absichten zu überprüfen.

- ☐ Habe ich Fakten und Annahmen getrennt?
- ☐ Habe ich mehrere Perspektiven berücksichtigt?
- ☐ Bin ich offen für andere Erklärungen?
- ☐ Kenne ich mein Gesprächsziel?
- ☐ Stelle ich Fragen statt Vorwürfe zu machen?
- ☐ Habe ich einen Termin vereinbart?
- ☐ Habe ich einen passenden und ungestörten Rahmen dafür gewählt?

Wer die eigene Sichtweise reflektiert, schafft Raum für Verständnis.



Lust auf mehr?
Weitere spannende
Angebote findest du
auf netzwerkq.de.

