



Seminar

Innere Konflikte

... und ihre Auswirkungen in der Interaktion verstehen

Ich würde gern, aber...

Das Zusammenspiel zwischen inneren und zwischenmenschlichen Konflikten

Seminar für SupervisorInnen, Führungspersonen und Menschen, die mit Menschen arbeiten.

Wir alle kennen innere Konflikte, das Hin-und-Her-gerissen-sein zwischen zwei unterschiedlichen Bestrebungen. Ein Wunsch etwa, jemanden anzusprechen, und gleichzeitig eine große Angst davor.

Bestimmte Konfliktmuster kehren immer wieder; sie sind typisch und gehen auf eine innere Konstellation zurück, die sich in den frühen Beziehungserfahrungen herausgebildet hat. Nicht immer erleben wir die Spannung, die damit einhergeht, bewusst. Dann meinen wir etwa, den andern gar nicht ansprechen zu wollen. So gibt es scheinbar gar keinen Konflikt; die eine Seite ist abgetaucht, nicht mehr spürbar.

Konflikte treten auf in persönlichen - und in Arbeitsbeziehungen. Wenn sie sehr aufwühlend sind, ist es wahrscheinlich, dass sie bei den Beteiligten innere ungelöste Konflikte berühren und aufwecken. So können sich scheinbar kleine Unstimmigkeiten emotional heftig aufladen – es fühlt sich so an „wie früher“ -, und es fühlt sich sehr bedrohlich an. Man steckt fest, und Außenstehende können kaum helfen. Der Konflikt kann erst dann besprochen und gelöst werden, wenn wir in die tiefere verborgene Schicht vordringen, die nach außen

Kooperationplus

Supervision, Coaching, Organisationsentwicklung, Weiterbildung

Grindelallee 43 20146 Hamburg Tel. 040 40 13 40 63

www.kooperation-plus.de info@kooperation-plus.de



nicht in Erscheinung tritt; da verbirgt sich ein ungelebter Wunsch, eine große Angst, eine alte Kränkung oder Verletzung.

In dem Seminar soll es darum gehen, besser zu verstehen, wie innere Konflikte uns prägen und wie sie sich in zwischenmenschlichen Beziehungen inszenieren. Aus psychodynamischer Sicht haben Konflikte einen Sinn; sie dynamisieren innere Prozesse, mit deren Ausbalancierung wir täglich beschäftigt sind. Sie können etwas bewusst machen und Entwicklung ermöglichen. Konfliktvermeidung sorgt dagegen für Stillstand. Was sollten wir wissen, um mit Konflikten konstruktiv und kreativ umgehen zu können – als Supervisorin, als Führungsperson, als Betroffene? Wie können wir für eine Kultur sorgen, die es leichter macht, in Konflikte hinein und durch sie hindurch zu gehen.

Themen werden sein:

- Der Konflikt als zentrale Achse der psychischen Dynamik und Entwicklung
- Die Rolle der Angst und der Abwehr innerhalb des Konfliktes
- Typische Formen der inneren Verarbeitung von Konflikten
- Das Zusammenspiel von inneren und äußeren Konflikten
- Zugänge und Verfahrensweisen für einen guten Umgang mit Konflikten

Methoden:

Theorieinputs, Rollenspiele, Supervision von mitgebrachten Konflikten der Teilnehmenden, Gruppen- und Einzelarbeit, u.a.

Leitung: **Anne Reichmann**, Lehrsupervisorin, Organisationsberaterin, Pastoralpsychologin

Termin: **04. und 05. September 2026**, 09.00 – 17.00 Uhr

Ort: **Kooperation Plus**, Grindelallee 43, 20146 Hamburg

Kosten: € 220,- pro Tag
€ 180,- pro Tag (Frühbucherrabatt, 3 Monate vorher)

Kooperationplus

Supervision, Coaching, Organisationsentwicklung, Weiterbildung

Grindelallee 43 20146 Hamburg Tel. 040 40 13 40 63

www.kooperation-plus.de info@kooperation-plus.de