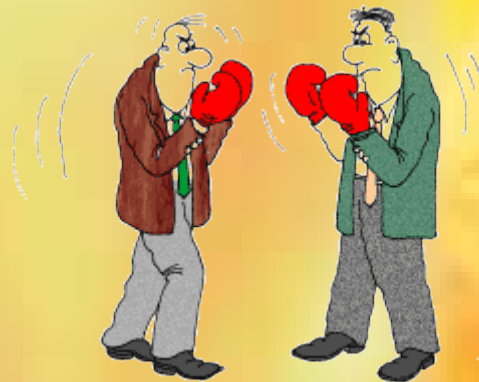


Arbeiten und Leben in Beziehungen

Univ. Lehrbeauftragter Dr. Peter Battistich, Wien



BATTISTICH

Organisationsberatung & Coaching

Fremund Malik: Man bekommt die Menschen aus der Steinzeit heraus, aber nicht die Steinzeit aus den Menschen.

Was **andere** sagen oder tun, mag ein **Auslöser** für unsere Gefühle sein, ist aber nie ihre Ursache.
(Marshall Rosenberg)

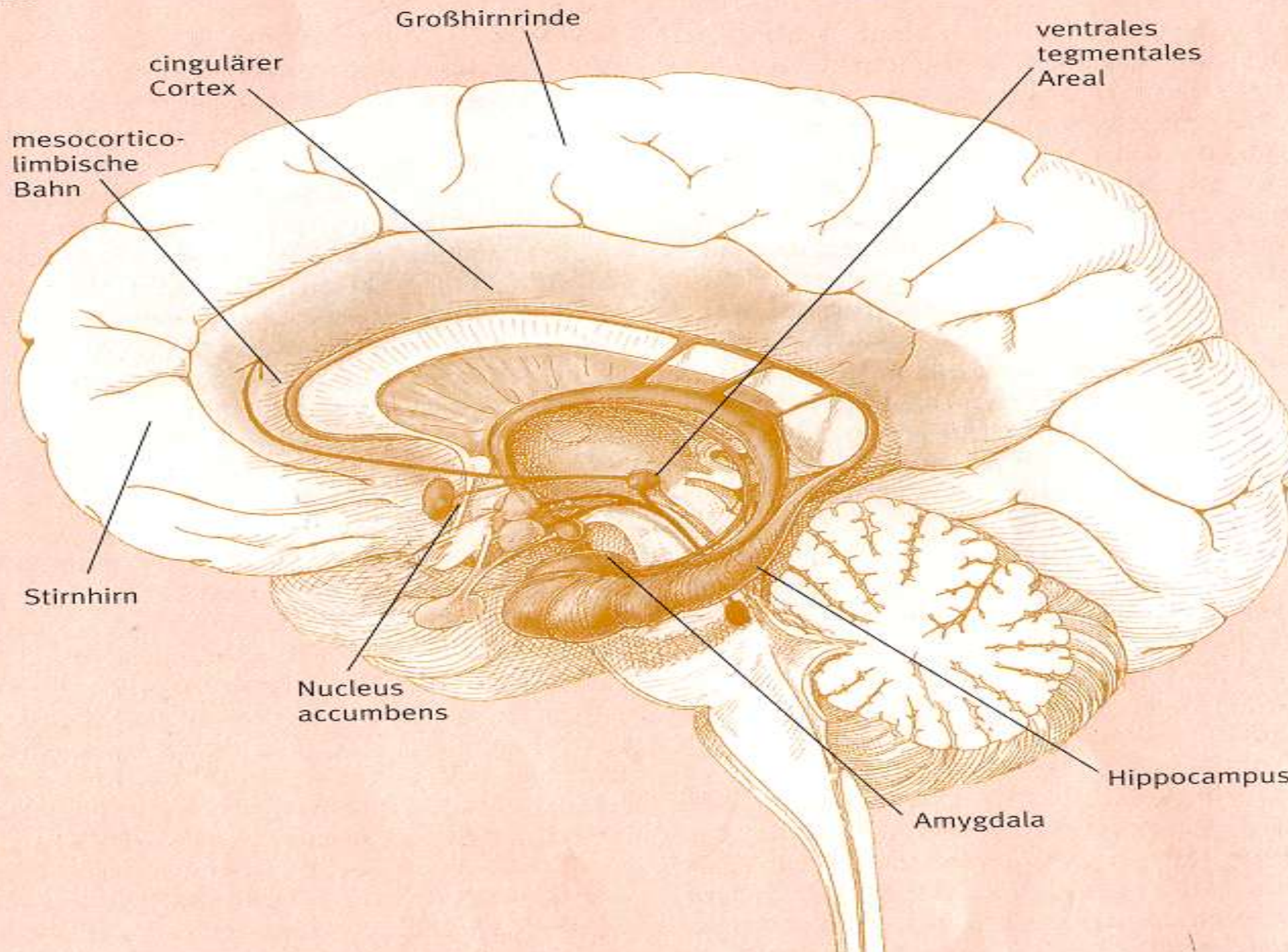
Wie können wir Konflikt- und Beziehungs-Intelligenz entwickeln?

- mit Konflikten konstruktiv leben: Emotionen, Eskalationen erkennen
- Lösungs-Interventionen entwickeln: lösungsorientierte Konfliktgespräche, Intervenieren als „Dritte Person“
- Nicht der Konflikt „an sich“ ist ein Problem oder eine Störung, sondern der Umgang
Ein Konflikt wird erst durch die Unfähigkeit der beteiligten Personen oder der beteiligten Organisation zum Dilemma.

Ein Konflikt ist ein tragischer Ausdruck eines **unerfüllten Bedürfnisses**. (M. Rosenberg)

Definition nach A.v. Hertel:

Ein Konflikt ist ein Phänomen, bei dem widerstreitende menschliche Strebungen aufeinander prallen.



Bewusstsein ist unabdingbar mit der Aktivität bestimmter Zentren der Großhirnrinde verbunden.

Das Psychische entsteht im Gehirn durch die Interaktion der Großhirnrinde mit zahlreichen limbischen Zentren.

Hierzu gehören vor allem:

Hypothalamus:

**Biologische Grundfunktionen & Kampf-
Fluchtverhalten, u.a.**

Mesolimbisches System:

**Affekte, Emotionen & Stimmungen, zerebrales
Belohnungssystem, u.a.**

**Insulärer Cortex:
unbewußte Kontrolle, u.a.**

**Cingulärer Cortex
Aufmerksamkeit, Schmerzempfindung, u.a.**

**Hippocampus
emotionale Kontrolle, emotionales Gedächtnis**

Hippocampus und Amygdala „teilen sich die – unbewusste – Konstruktion des Ichs und der Gefühlskontrolle

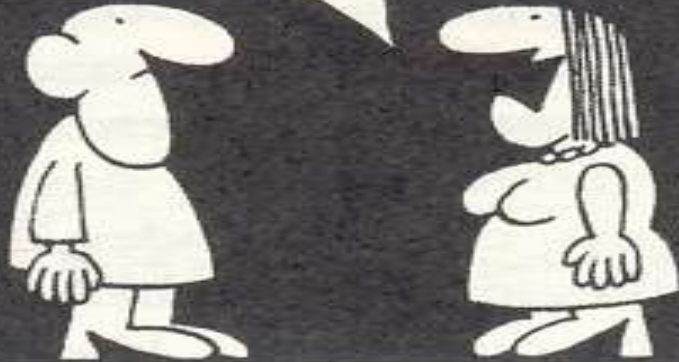
- V.a. Ausdruck, Kontrolle, Steuerung und Überflutung durch/ von Emotionen
-
- Früheste Erlebnisse und Ereignisse werden in der Amygdala mit angenehmen und unangenehmen Gefühlen „verschweißt“.

Konflikte erfüllen positive Funktionen

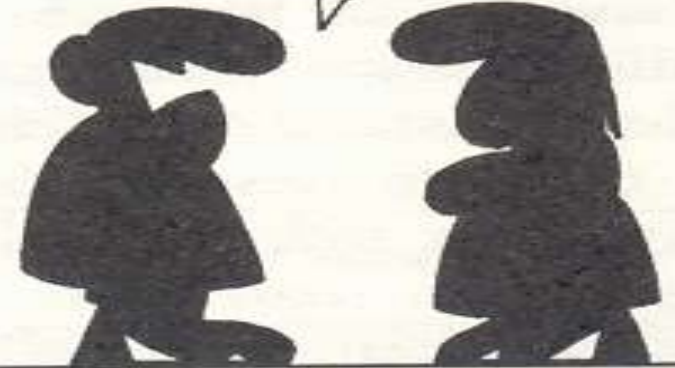
- sie weisen auf Probleme hin
- sie fördern Innovationen und Veränderungen
- sie erfordern Kommunikation
- sie verhindern Stagnation
- sie regen Interesse an
- sie stimulieren Kreativität
- sie festigen und beleben Gruppen
- sie führen zu Selbsterkenntnissen und

- sie verlangen nach Lösungen

Hör auf, mich zu provozieren!



Ich hab doch gar nichts gesagt!



Mir reicht schon der Ton deiner Blicke und die Art, wie du nicht mit mir sprichst!!



BATTISTICH

Organisationsberatung & Coaching



Bewährte Widersprüchlichkeiten in der Paarkommunikation

BATTISTICH

Organisationsberatung & Coaching

Ein Konflikt ist ein tragischer Ausdruck eines **unerfüllten Bedürfnisses**. (M. Rosenberg)

Definition nach A.v. Hertel:

Ein Konflikt ist ein Phänomen, bei dem widerstreitende menschliche Strebungen aufeinander prallen.

UND NUN, LIEBE ZUSCHAUER,
DISKUTIEREN IN DER SENDUNG
»PRO UND CONTRA« TILLY UND HEINZ
KLEIN ÜBER DAS AUSPRESSEN VON
ZAHNPASTATUBEN



TOMASCHOFF

Jan Trimeschhoff



Wann haben Sie Ihrem Partner, Ihren Eltern, Freunden oder anderen netten Leuten, das letzte Mal gesagt, wie sehr Sie sie mögen?

Wann haben Sie das letzte Mal zu sich selbst gesagt:
"Danke, es gibt Leute die mich mögen und die ich mag. Deshalb geht es mir gut. Das ist nicht selbstverständlich."

Wie viele Menschen haben niemanden,
und ihnen geht es schlechter als mir."