

Konflikt als Chance

Richtig genutzte Konflikte können Ihr Leben positiv verändern

Jeden Tag treten wir in Konflikt mit einer Person, einer Sache oder auch Werten. Doch auch ein Konflikt kann positive Wirkungen nach sich ziehen. Wenn man unbewusste Handlungen sichtbar werden lässt, kann man dadurch aktiv reagieren.

Konflikte im Außen sind ein Spiegel verdrängter Erlebnisse, Erfahrungen und systemischer Verstrickungen. Wenn wir lernen Konflikte als Chance und Wachstumspotential zu sehen, wird sich unser Leben positiv verändern.

Was ist ein Konflikt?

Viele Menschen glauben Konflikte erschweren und stören unser Leben, und wünschen sich eine konfliktfreie Welt.

Jedoch stimmt das nicht. Konflikte bereichern unser Leben. Sie sind etwas Positives und ganz Normales in zwischenmenschlichen Beziehungen.

Sie sind ein wichtiges Signal, und zeigen auf, dass etwas nicht stimmt und verändert werden muss. Konflikte bieten eine Chance zur Entwicklung und zur Verbesserung der gegenseitigen Beziehungen.

Was passiert, wenn Sie auf die Signale des Konfliktes nicht achten?

Nicht der Konflikt an sich ist das Problem, sondern die Art und Wei-



Andrea Würzner und Gabriela Patsch sind in Konfliktsituationen für sie da.

Foto: privat

se, wie damit umgegangen wird. Gefährlich sind ungelöste Konflikte, da sie in unserem Unterbewusstsein gespeichert werden. Wir reagieren in ähnlichen Situationen immer wieder gleich, fühlen uns nicht verstanden, werden aggressiv oder ziehen uns zurück und finden oft keinen Ausweg. Der Ursprung dieser Konflikte ist unserem Bewusstsein oft nicht zugänglich. Innere Bewegungen und Bilder lassen uns in Situationen immer wieder das selbe Muster „abspielen“ obwohl wir in unserem „Kopf“ ganz anders regieren wollen.

Konflikte in Beziehungen, am Arbeitsplatz, mit Vorgesetzten und gesundheitliche Probleme sind

nur einige Bereiche in denen diese Dynamiken wirken und unsere Lebensqualität einschränken.

Welche Möglichkeiten haben Sie, Konflikte in Zukunft als Bereicherung zu sehen?

Mit Hilfe der systemischen Konfliktlösung ist es möglich diese inneren Bilder und Dynamiken sichtbar zu machen.

Um den Hintergrund eines Konfliktes zu verstehen, ist es wichtig eine neutrale Sichtweise einzunehmen. In einer Konfliktsituation ist unsere Sichtweise jedoch eingeschränkt und wir können die Botschaft des Konfliktes nicht erkennen.

Bei einer Aufstellung der Konfliktsituation, ist es möglich, den eigenen Konflikt von außen zu betrachten. Wie im Kino sehen Sie Ihre Situation, nur dass Sie nicht im Konflikt gefangen sind, sondern beobachten können. Diese Art der Arbeit ist sehr heilsam und kann Ihr Leben nur zum Positiven verändern.

Durch das „hinschauen“ auf das eigentliche Problem wird es möglich eine Lösung herbeizuführen. Das „Problembild“ im Inneren wird ersetzt durch ein „Lösungsbild“ und der Konflikt muss sich im Außen nicht mehr zeigen.

Dies schafft inneren Frieden und ermöglicht, uns selbst besser kennen zu lernen. Das frei werdende Potential können wir nutzen, um unsere Individualität und Einzigartigkeit zu leben.

Beispiel für genutzte Konflikte

Anhand eines Beispiels möchten wir Ihnen zeigen, wie Konflikte genutzt werden können:

Sie haben Probleme in Ihrer Beziehung, sind unzufrieden und die Gespräche laufen immer gleich ab.

„Wo warst Du so lange, wir wollten doch diesen Abend zusammen verbringen. Du hast wieder getrunken, wie oft hast du mir schon versprochen aufzuhören,...“

„Es war gerade so lustig, wollte eh gehen, aber sie haben mich nicht lassen. Mach dir nichts daraus, jetzt bin ich eh da“

Sie können jetzt wütend werden oder weinend ins Zimmer laufen, Gott und die Welt nicht verstehen und sich folgendes fragen: „Warum mag mich keiner, keiner nimmt Rücksicht auf mich,...“ In diesem Beispiel liegt das Bedürfnis der Anerkennung im Vordergrund. Wenn wir das Gefühl haben, zu wenig Anerkennung zu bekommen, muss uns klar werden, dass auch kein Anderer dieses Defizit erfüllen kann. D.h. Ihre Aufgabe liegt darin, sich selbst Anerkennung zu schenken, eigene Ziele zu stecken, um dann im Miteinander die Erfüllung zu finden.

Wie Sie das „Unbewusste“ bewusst machen können!

Nur wenn es so leicht wäre – vielen Menschen ist das schon lange klar, und sie haben auch schon alles mögliche versucht.

Jedoch in unserem Unterbewusstsein ist dieses Muster abgespeichert und oft tief vergraben, es braucht Zeit und viel Fingerspitzengefühl bis es an die Oberfläche, in unser Bewusstsein gelangt.

Auf den Punkt gebracht, mit Hilfe der systemischen Aufstellung werden uns tiefe Verhaltensmuster schneller und leichter bewusst. Der Lösung des Konfliktes steht dann nichts mehr im Weg.

Übernehmen Sie Verantwortung für Ihr Leben und stellen Sie sich Ihren Konflikten, die Sie auf Ihrem Weg begleiten und eine Bereicherung sein können. Nutzen Sie die Chancen die sich dadurch bieten. Gerne begleiten wir Sie dabei ein Stück Ihres Weges.

Werbung



apw-
system
GmbH

Andrea Würzner
Mediation
systemische Konfliktlösung

Graben 473
7532 Litzelsdorf
Tel. 0664/3337722
andrea.wuerzner@aon.at
www.apw-system.com

Seminar:

Konflikt als Chance –
systemische Konfliktlösung

Termin: 5. Mai 2007 von 10 bis 18 Uhr
Ort: 7532 Litzelsdorf
im Seminarraum der Feuerwehr
Kosten: 90 Euro

Anmeldung und Terminvereinbarung
unter Tel. 0664/3337722
Andrea Würzner

Mediation für Paare und Familien

pro Termin – ca. 1,5 Std. 90 Euro