

8 Ressourcenfragen zur Deeskalation



ProzessPlus
Wachsen. Gestalten. Verstehen.

Ihre Ansprechpartnerin:

Katharina Radecker

Freiberufliche Organisations- und
Prozessberaterin & Inhaberin von
ProzessPlus E-Learning

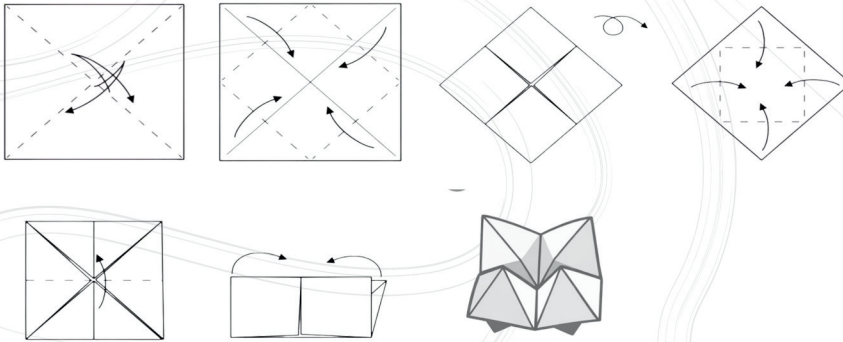
Telefon:



+49 176 70570755

E-Mail:

info@prozessplus-erz.de

www.prozessplus-sachsen.de



<p>Konflikte</p>	<p>1</p> <p>Welche deiner bisherigen Erfahrungen helfen dir, in angespannten Situationen ruhig zu bleiben?</p>	<p>2</p> <p>Was unterstützt dich dabei, in Konflikten handlungsfähig zu bleiben, statt impulsiv zu reagieren?</p>	<p>lösen</p>
<p>8</p> <p>Was brauchst du, um in herausfordernden Momenten präsent, klar und wertschätzend zu bleiben?</p>	<p>3</p> <p>Welche Signale nimmst du an dir wahr, die dir zeigen, dass du gut reguliert bist?</p>	<p>4</p> <p>Welche Strategien oder Techniken haben dir in der Vergangenheit geholfen, Situationen zu entschärfen?</p>	
<p>7</p> <p>Welche deiner kommunikativen Stärken tragen dazu bei, dass andere sich beruhigen oder öffnen können?</p>	<p>5</p> <p>Welche inneren Ressourcen oder äußeren Sicherheit, wenn es emotional wird?</p>	<p>6</p> <p>Welche Haltung oder Überzeugung stärkt dich im Umgang mit Konflikten oder Eskalationen?</p>	
<p></p>	<p>9</p>	<p>10</p>	<p></p>