

## Trainingsrahmen

- In diesen Trainings geht es darum, dass die Teilnehmer **neue Muster** für den Umgang mit den eigenen alltäglichen Konfliktsituationen einüben.
- Dies geschieht überwiegend in Form von **kurzen Rollenspielen**. Darin stehen sich je zwei oder mehr Teilnehmer gegenüber, die sich wechselseitig als körperlich real erfahrbare und spontan handelnde Personen erleben.
- Die Teilnehmer verhalten sich im einleitenden szenischen Spiel nach ihren eigenen alten eingeschliffenen Mustern. Im Hauptteil wird dann die Zeit genutzt, um in simulierten, aber nicht durchgeplanten Konfliktsituationen **neue Handlungsmuster einzuüben**.
- Anfangs noch zurückhaltende Teilnehmer werden durch den wiederholten **Wechsel der kurzen szenischen Spiele** in das Geschehen hineingezogen und beteiligen sich bald.
- Wenn Teilnehmer merken, dass das Training ihnen für ihre Alltagssituationen **Brauchbares** bringt, sind sie ganz bei der Sache, und die Konzentration in der Gruppe steigt. Der Trainer richtet seine Arbeit darauf aus, dass die Teilnehmer möglichst bald Erfahrungen dieser Art machen.
- Das Spielerische dieser Lernsituation führt dazu, dass in den Teilnehmern der **Mut zum eigenen Handeln** wächst. Erfolgserlebnisse im geschützten Raum des Trainings führen dazu, dass die Teilnehmer die neuen Handlungsmuster später auch in Situationen ihres Alltags ausprobieren und dass sie die neuen Muster zum Teil auch in ihr Repertoire dauerhaft aufnehmen.
- Dieses Lernkonzept der Stiftung Kompetenz im Konflikt setzt einerseits einen klaren Rahmen für die Art und Weise des Trainierens, lässt aber zugleich innerhalb des Rahmens **Freiraum für die Kompetenzen des Trainers und für seine freien Entscheidungen** über die inhaltliche Gestaltung des Trainings und das Vorgehen im Einzelnen.
- Mit dieser Art Training bietet die Stiftung **Personen, die lernen wollen, beweglicher und selbstbewusster mit Konfliktsituationen umzugehen**, eine praxisnahe Trainingsmöglichkeit an.