

Weiterbildung zum Interkulturellen Coach

Modul V – Mediation & Konfliktmanagement (Teil 2)

[M5L12] Bewusstheitsrad

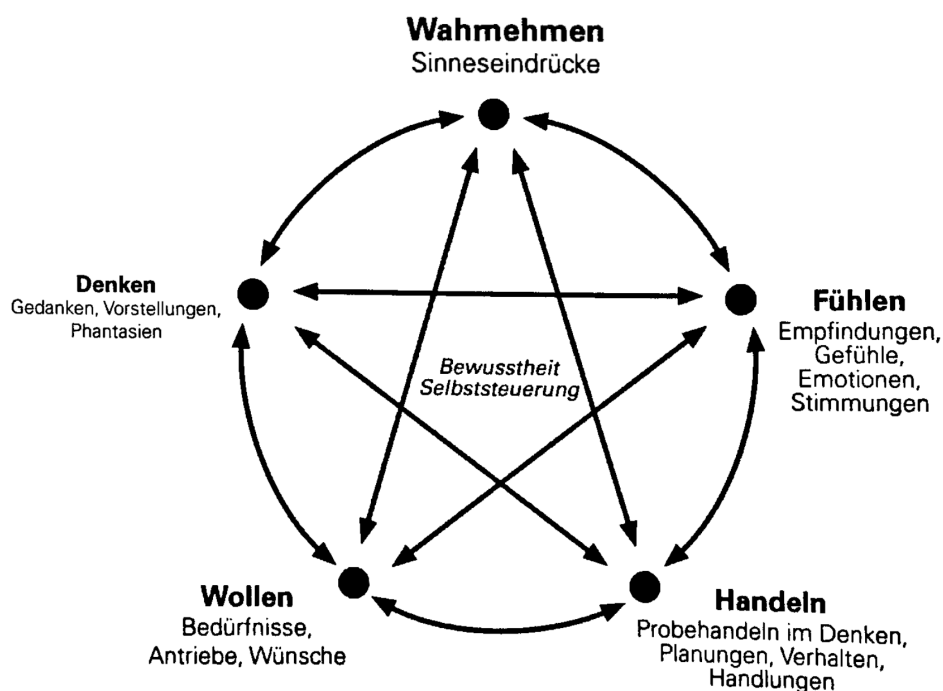
Free Download:

Oliver Martin, Emotionen im Change

(Vorabdruck eines Beitrages zum Buch „Change trifft Teams“,
erscheint im NZZ-Verlag 2009

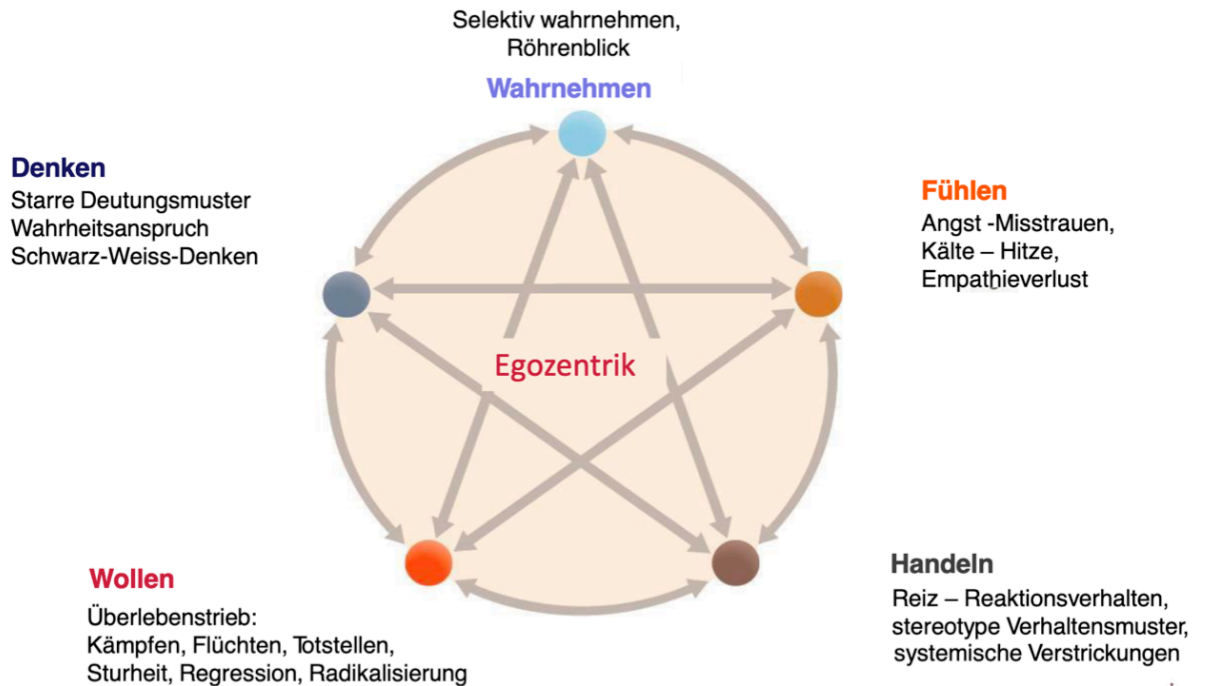
https://static1.squarespace.com/static/5a95bf8a5b409bcee6965bb3/t/5c80c532a4222f71154028a9/1551942962930/Emotionen_im_Change_Artikel_aus_Buch_Change_trifft_Teams_NZZ_Verlag_7247.pdf

Bewusstheitsrad



Quelle Das Bewusstheitsrad als Mittel zur Klärung seelischer Vorgänge, R. Ballreich/F. Glasl, Mediation in Bewegung, 2007

Bewusstseinsveränderungen durch die Stressreaktion



Quelle: <https://infopoint.bz/wp-content/uploads/Burnout-Manfred-Andergassen.pdf>

2

Fragen zur Eigenarbeit:

- Wahrnehmen: Was wurde äußerlich wahrgenommen?
- Denken: Wie wurde das Wahrgenommene interpretiert oder gedeutet?
- Fühlen: Welche Gefühle spielten hinein?
- Wollen: Welche Bedürfnisse prägten den Blick, die Gefühle und das Denken?
- Verhalten: Welche Verhaltensreaktionen ergaben sich daraus?

Kontakt:

Email: harry@harryhoffmann.global