



# Regio-Seminar: Hamm und Kreis Soest

SELBSTHILFEAKADEMIE-NRW.DE

powered by  
Selbsthilfe

## Umgang mit Konflikten

Die Selbsthilfegruppe für herausfordernde Situationen stärken

**Referent:** Philipp Teicher, Sozialpädagoge, Coach, Organisationsberater und Supervisor

Immer wieder gibt es Spannungen in eurer Selbsthilfegruppe? Gespräche drehen sich im Kreis, die Stimmung kippt, und niemand weiß so recht, wie es weitergehen soll? Konflikte gehören zum Miteinander dazu, wenn sie ungelöst bleiben, können sie das Gruppenleben belasten. In diesem Seminar lernt ihr Strategien kennen, wie ihr konstruktiv mit Konflikten umgehen könnt und so die Gruppe für herausfordernde Situationen stärkt.

### Inhalte:

- **Konflikte verstehen:** Warum sie entstehen, was sie mit uns machen – und warum sie manchmal sogar hilfreich sein können
- **Sich selbst besser kennenlernen:** Den eigenen Anteil an Konflikten und Lösungen erkennen
- **Erste Hilfe bei Konflikten:** Tipps für akute Situationen
- **Die Kommunikation stärken:** Methoden, um schwierige Themen in der Gruppe anzusprechen und gemeinsam Lösungen zu finden
- **Konfliktkultur entwickeln:** Wie Gruppen langfristig offen und konstruktiv mit Meinungsverschiedenheiten umgehen können

**Datum:** 04. Juli 2026 | 10 – 17 Uhr

**Veranstaltungsort:** FeidikForum  
Feidikstraße 27, 59065 Hamm

**Anmeldung:** [selbsthilfe-hamm@paritaet-nrw.org](mailto:selbsthilfe-hamm@paritaet-nrw.org) / 02381 12 028



Ein Regio-Seminarangebot der Selbsthilfekademie NRW  
in Kooperation mit:

**Selbsthilfe-Kontaktstelle Hamm + Kontakt- und  
Informationsstelle für Selbsthilfegruppen im Kreis Soest**

Die Selbsthilfekademie NRW veranstaltet kostenfreie Seminare für Menschen aus der gesundheitsbezogenen Selbsthilfe und wird unterstützt von der AOK NordWest und der AOK Rheinland/Hamburg.

