



# Fotoprotokoll

## Frauenversammlung Uni Ulm- nichtwissenschaftlicher Bereich

21.9.2015

Input: Kommunikation und Konflikt- everybodies darling oder  
Stutenbissigkeit? Oder ganz was anderes?

Begleitet von Manuela Rukavina,

Erste Vorsitzende Landesfrauenrat Baden-Württemberg,

NPK-Stuttgart

[rukavina@landesfrauenrat-bw.de](mailto:rukavina@landesfrauenrat-bw.de)

[m.rukavina@npk-stuttgart.de](mailto:m.rukavina@npk-stuttgart.de)

23.10, 13<sup>30</sup>

♥lich willkommen zu:

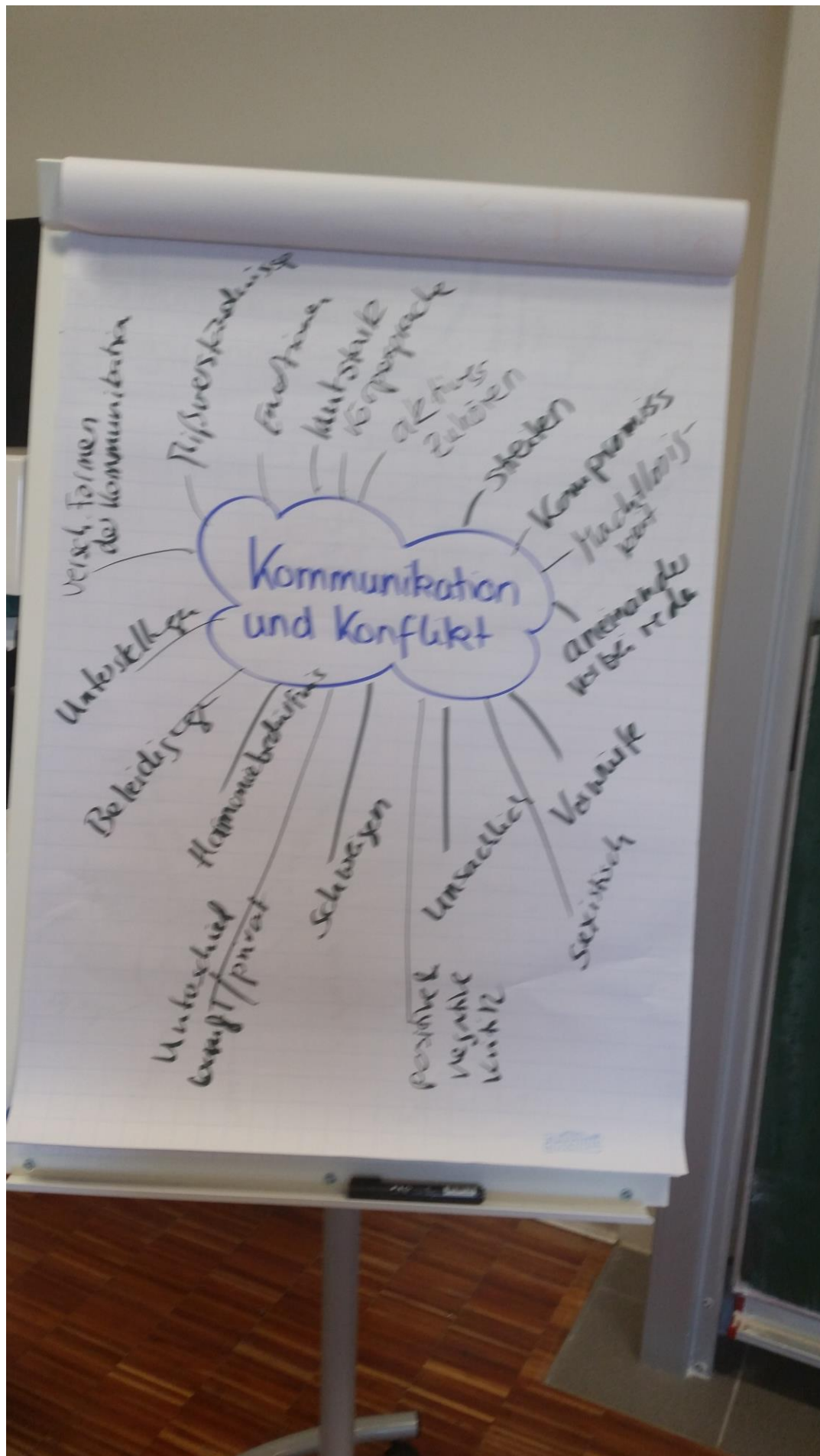
Kommunikation & Konflikt

Everybodies darling oder

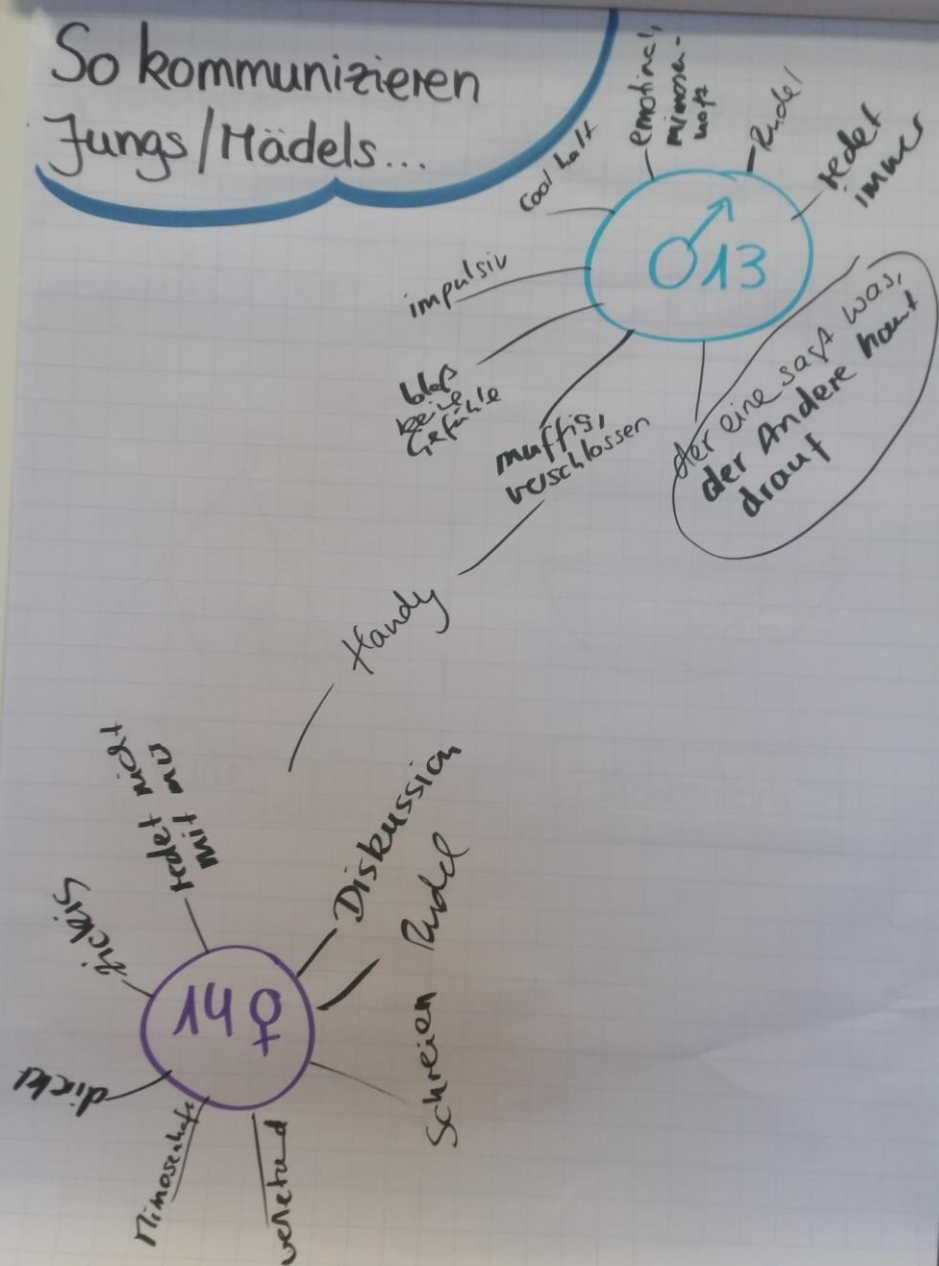
Stutenbissigkeit? Oder ganz was  
Anderes?

es arbeitet mit Ihnen heute:

Manuela Rukavina,  
Erste Vorsitzende Landesfrauenrat



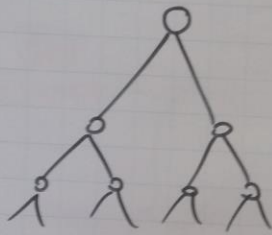
# So kommunizieren Jungs/Mädels...





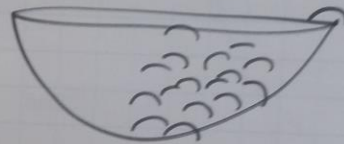
# Geschlechtsspezifische Muster

Männer



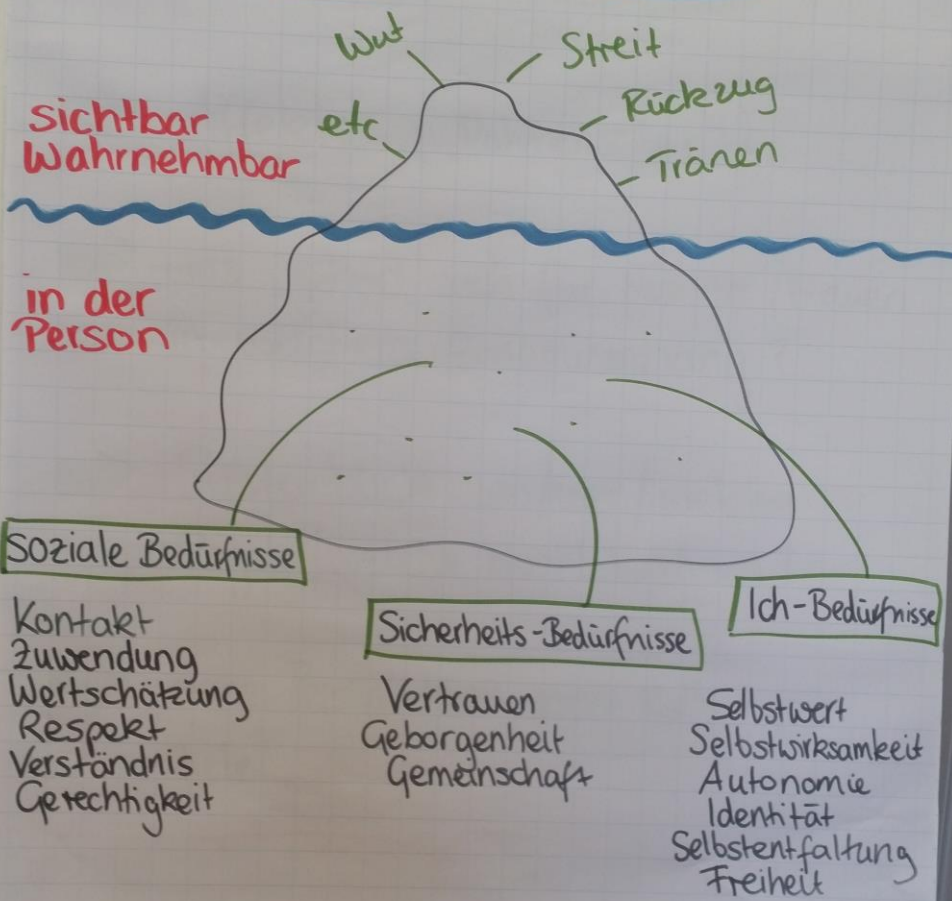
"Rudel"

Frauen



"Krabbenkorb"

Konflikt  $\hat{=}$  unerfülltes Bedürfnis



Und noch nicht genug ...

➔ Affekte („Rahmensetzer“)

➔ Was „gehört“ sich für Männer/Frauen  
in welchem Zusammenhang?

➔ Systemblick: wo/wer/welche  
Regeln/welche Machtstrukturen?

➔ meine Persönlichkeit, meine Rolle, meine  
Ziele?

Transparenz - in mir  
- ggfs. für Andere



## Das lohnt sich auszuprobieren!

- eigene Bedürfnisse + Muster angucken
- Transparenz, wo es geht
- Perspektiven aushalten
- Affekte + Emotionsmanagement
  - kann ich die Situation / Person ändern  
oder "nur" meine Bewertung / Emotion?
- mit den Männern "in den Ring steigen"
- authentisch bleiben → eigener Weg, aber  
mit Transparenz + Ehrlichkeit zu sich selbst



## Literaturempfehlungen:

Videos zum neuen Pixar-Film : Inside out

Trailer: <https://www.youtube.com/watch?v=oGkVgPTGMIIs>

So sieht Ärger aus 😊 [https://www.youtube.com/watch?v=lvo1JGv\\_eh4](https://www.youtube.com/watch?v=lvo1JGv_eh4)

M. Storch W. Tschacher

**Embodied Communication: Kommunikation beginnt im Körper, nicht im Kopf**

ISBN: 978-3456854533

M. Storch, B. Cantieni, G. Hüther, W. Tschacher

**Embodiment. Die Wechselwirkung von Körper und Psyche verstehen und nutzen**

ISBN: 978-3456848372

Modler, Peter

**Das Arroganz-Prinzip: so haben Frauen mehr Erfolg im Beruf**

ISBN: 978-3-8105-1294-9

[in diesem Buch geht es vor allem darum, wie Körpersprache in der Kommunikation mit Männern wichtig ist]

Storch, Maja und Kuhl, Julius

**Die Kraft aus dem Selbst**

ISBN: 978-3-456-85012-2

[in diesem Buch geht es darum, wie ich mich selbst stärken kann- auf meine individuelle Persönlichkeitsstruktur passend]

McGonigal, Kelly

**Bergauf mit Rückenwind: Willenskraft effizient einsetzen**

ISBN: 978-3442172870

D. Eilert

**Mimikresonanz: Gefühle sehen. Menschen verstehen**

ISBN: 978-3873879614