



Fotoprotokoll

Frauenversammlung Uni Ulm- nichtwissenschaftlicher Bereich

21.9.2015

**Input: Kommunikation und Konflikt- everybody's darling oder
Stutenbissigkeit? Oder ganz was anderes?**

1

Begleitet von Manuela Rukavina,

Erste Vorsitzende Landesfrauenrat Baden-Württemberg,

NPK-Stuttgart

rukavina@landesfrauenrat-bw.de

m.rukavina@npk-stuttgart.de

KABUCOflip

23.10.13³⁰

♥lich willkommen zu:

Kommunikation & Konflikt

Everybodies darling oder

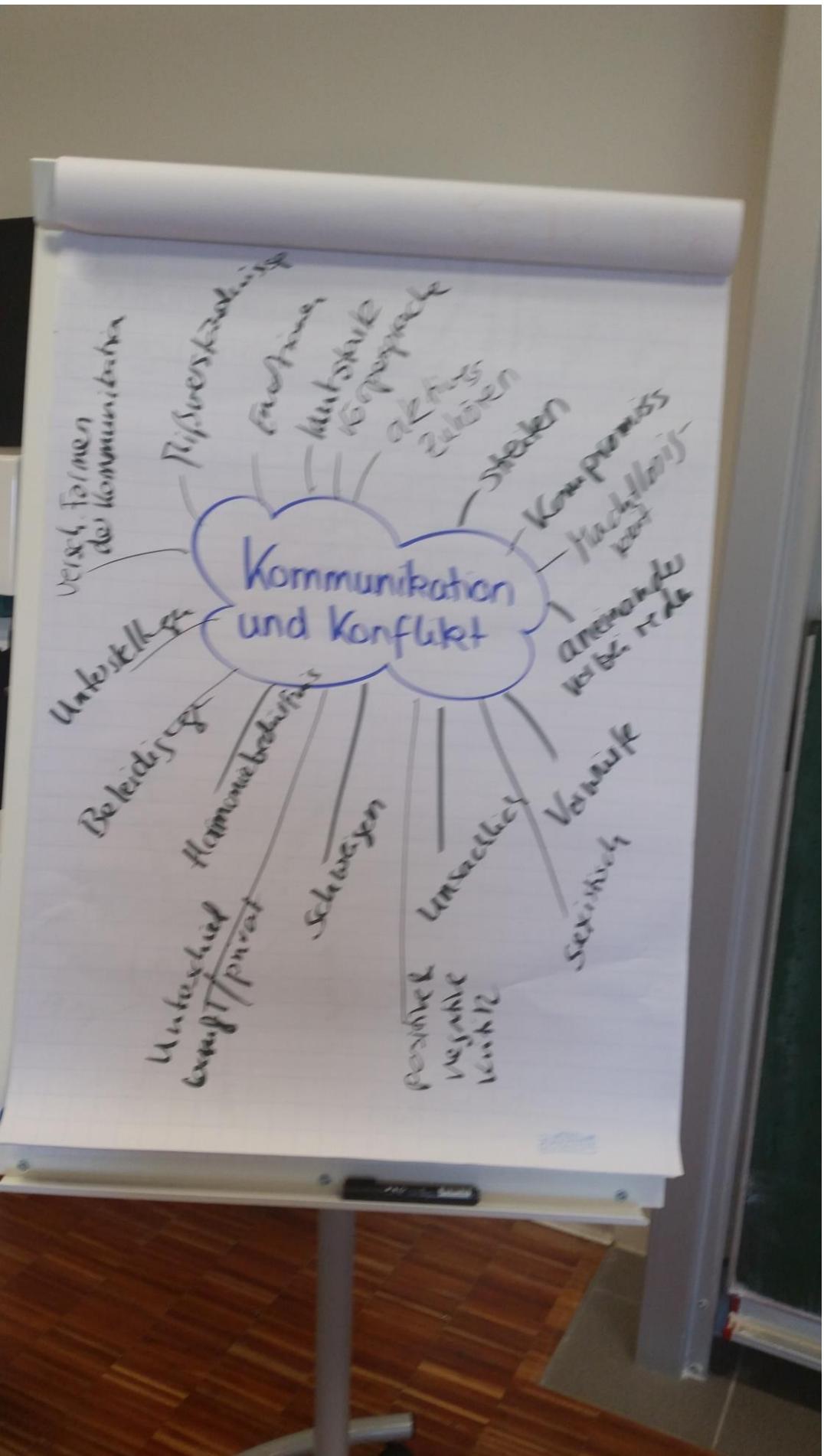
Stutenbissigkeit? Oder ganz was
Anderes?

2

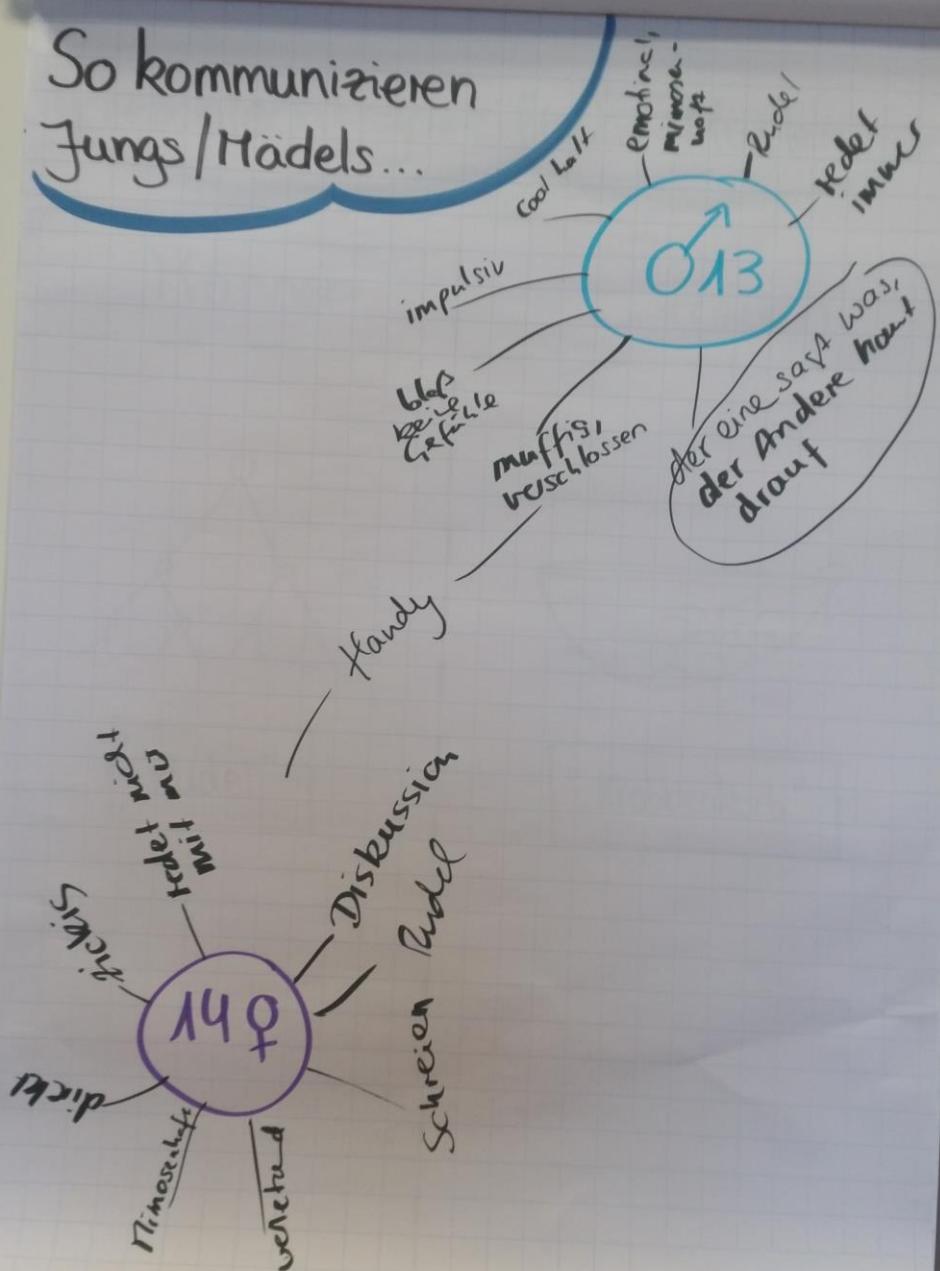
es arbeitet mit Ihnen heute:

Manuela Rukavina,
Erste Vorsitzende Landesfrauenrat

RECHTS



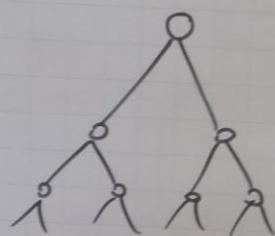
So kommunizieren Jungs/Mädels...



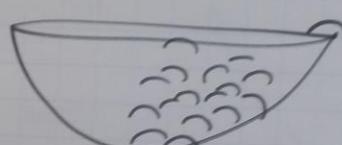
Geschlechtsspezifische Muster

Männer

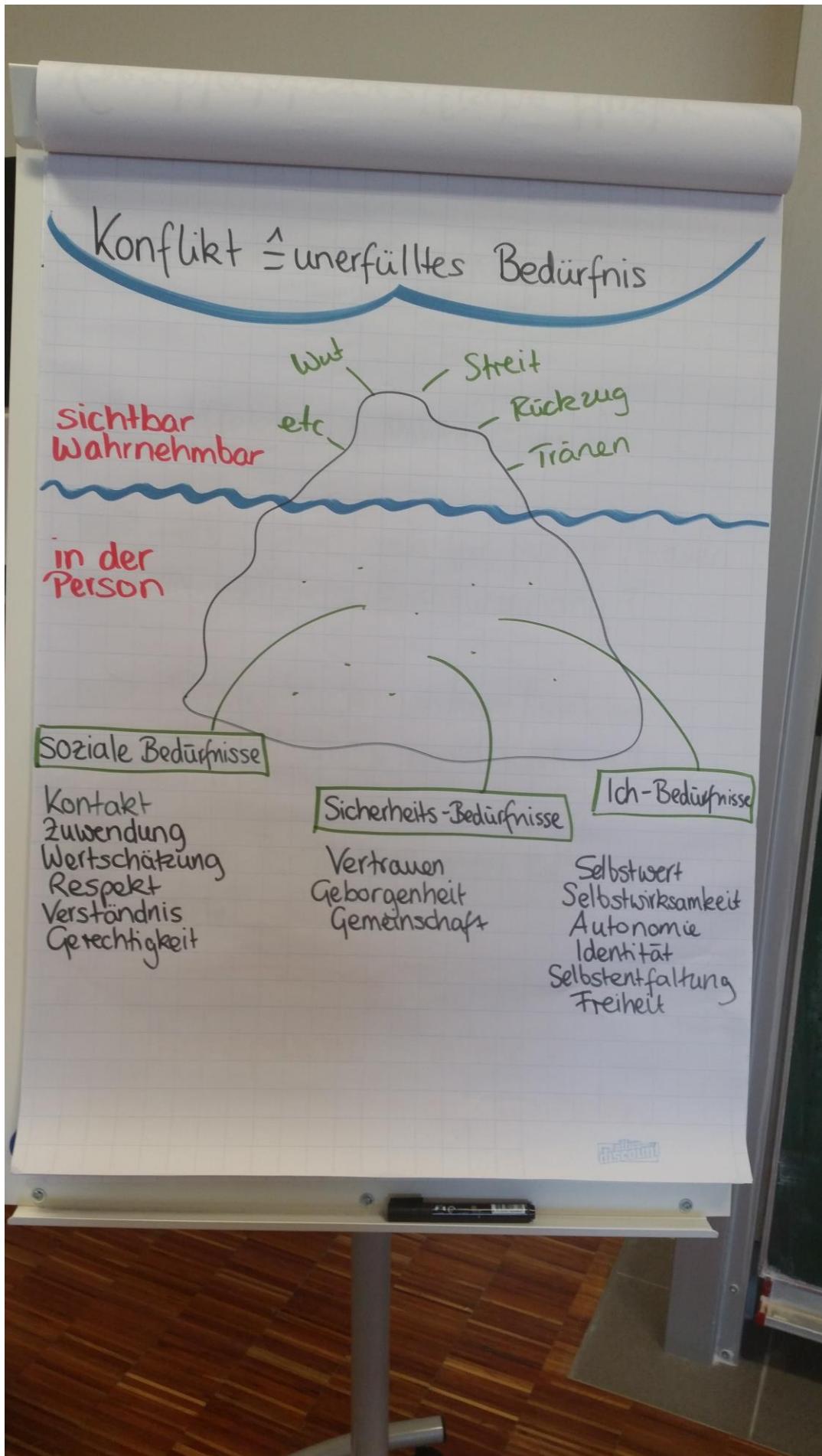
Frauen



"Rudel"



"Krabbenkorb"



Und noch nicht genug ...

- Affekte („Rahmenseiter“)
- 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
- ggf. 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=oGkVgPTGMIs>

So sieht Ärger aus ☺ https://www.youtube.com/watch?v=lvo1JGv_eh4

M. Stroch 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

9

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