

Mein Konfliktstil

Selbsttest basierend auf Berkel K. (2002). *Konflikttraining. Konflikte verstehen, analysieren, bewältigen*. Sauer-Verlag.

Kreuzen Sie eine Antwort an, die am ehesten zutrifft. Bitte jeweils nur eine Antwort ankreuzen.

1. Jeder Konflikt rührt auch die Gefühle der Beteiligten auf. Wie würden Sie Ihre Gefühle bei Konfliktsituationen beschreiben?

- a. Es macht mir richtig Spass, wenn ich meinen angestauten Gefühlen Luft machen kann.
- b. Konflikte stimmen mich ernst. Ich mache mir Gedanken, was wohl die anderen meinen und fühlen.
- c. Ich bin frustriert; denn entweder ärgere ich mich oder resigniere, zu einer wirklichen Lösung kann ich doch nichts beitragen.
- d. Ich habe schon Spass daran, aber die Gefühle dürfen nicht zu heftig werden.
- e. Ich habe oft Angst davor. Offene Aussprachen sind nicht möglich, ohne den anderen zu verletzen

2. Sie ärgern sich aus irgendeinem Grund über ein Mitglied der Gruppe. Was tun Sie?

- a. Ich sage ihm, weshalb und worüber ich mich ärgere. Dann frage ich das Gruppenmitglied, wie ihm nun zumute ist.
- b. Ich ärgere mich am meisten darüber, dass es ihm gelungen ist, mich so in Wut zu bringen. Ich gehe ihm deshalb aus dem Weg, bis ich wieder ruhiger geworden bin.
- c. Wenn ich Wut habe, explodierte ich, ohne viel zu fragen.
- d. Ich habe Angst davor, in Wut zu geraten. Sie könnte mich verleiten, etwas zu tun, was ich später bereue. Deshalb versuche ich, den Ärger zu verdrängen und gerade das Gegenteil von dem zu tun, zu was mich der Ärger antreibt.
- e. Eine richtige Wut ist für alle gut, solange niemand verletzt wird.

3. Eine Besprechung zieht sich immer mehr in die Länge, weil ein Mitglied der Gruppe auf seinen Einwänden beharrt. Was tun Sie?

- a. Ich trete dafür ein, dass das Gruppenmitglied seine Argumente vorbringen kann. Wenn es die Gruppe nicht zu überzeugen vermag, sollte es sich der Mehrheitsmeinung anschliessen.
- b. Ich suche herauszufinden, weshalb das Gruppenmitglied das Problem anders als die Gruppe sieht. Wir können dann nochmals unsere Argumente aus dessen Sicht prüfen und ihn/sie besser verstehen.
- c. Solche Meinungsverschiedenheiten lähmen eine Gruppe. Ich dränge die anderen, zu angenehmeren Tagesordnungspunkten überzugehen.
- d. Das Gruppenmitglied behindert unsere Arbeit. Ich sage das offen und verlange, dass wir notfalls ohne ihn/sie weitermachen.
- e. Ich halte mich heraus, wenn andere streiten. Soll doch jeder sehen wie er seine Meinung selber durchsetzen kann.

4. Gruppen müssen häufig Entscheidungen mit anderen Gruppen absprechen und koordinieren. Nach welchen Gesichtspunkten wählen Sie eine(n) Gruppensprecher(in)?

- a. Er/Sie soll unsere Meinung am besten vertreten können, aber gleichzeitig flexibel genug sein, um unsere Position im Lichte der Argumente der anderen Gruppen so zu revidieren, dass eine optimale Entscheidung herauskommt.
- b. Er/Sie sollte unsere Position geschickt vertreten, aber alles vermeiden, was uns in eine Zwickmühle bringen könnte.
- c. Er/Sie soll kooperativ, freundlich und zurückhaltend sein, um Konflikte mit anderen Gruppen zu vermeiden.
- d. Er/Sie sollte hart verhandeln können, keine Zugeständnisse machen und unseren Standpunkt maximal durchsetzen.
- e. Ich würde jene(n) bevorzugen, der von vornherein auf Kompromisse eingeht.

Auswertung

Jede Antwort entspricht einem Konfliktstil. Kreuzen Sie die jeweilige Antwort in der untenstehenden Tabelle an und zählen Sie die Anzahl angekreuzter Antworten unter Anzahl ein.

Stil	9/9	5/5	1/9	9/1	1/1
Frage	Kooperation	Kompromiss	Nachgeben	Durchsetzen	Vermeiden
1	B	D	E	A	C
2	A	E	D	C	B
3	B	A	C	D	E
4	A	E	C	D	B
Anzahl					

Übertragen Sie nun die Werte (Anzahl) entsprechend dem Kolonnenentitel in untenstehende Grafik ein. Welches ist ihr tendenziell am meisten verwendete Konfliktstil?

