

Checkliste

Sachkonflikt - Beziehungskonflikt

Bestimmen Sie mit unserer Checkliste, ob es sich bei Ihrem Konflikt eher um einen Sachkonflikt oder um einen Beziehungskonflikt handelt. Es müssen nicht alle Kriterien erfüllt sein, um einen Konflikt der einen oder anderen Seite zuzuordnen.

Sachkonflikt	Beziehungskonflikt
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Sie stehen vor einem sachlichen Problem, für das Sie keine Lösung finden. ✓ Ihre Gedanken drehen sich im Kreis, Ihnen fällt nichts Neues ein. ✓ Sie gehen davon aus, dass die anderen beteiligten Personen genauso an einer Konfliktlösung interessiert sind wie Sie. ✓ Sie erzählen den beteiligten Personen offen, was Sie denken und wie es Ihnen im Konflikt geht. ✓ Wenn Sie die anderen beteiligten Personen im Konflikt benennen sollten, würden Sie Worte wählen wie „Partner, Mitstreiter, Mitdenker, Kollege, ...“. 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Der Konflikt hat sich an einem sachlichen Problem entzündet. ✓ Sie haben negative Gefühle, wenn Sie an die beteiligten Personen des Konfliktes denken (auf einer Skala von ‚irritiert‘ bis ‚sauwütend‘). ✓ Sie vermeiden ein Zusammentreffen mit den beteiligten Personen bzw. reduzieren den Kontakt auf das Nötigste. ✓ Sie fragen sich, ob die anderen beteiligten Personen Ihnen alle nötigen Informationen offen mitteilen. ✓ Sie überlegen genau, was Sie den anderen beteiligten Personen gegenüber sagen. ✓ Manchmal fühlen Sie sich missverstanden, als würde Ihnen ‚das Wort im Munde herumgedreht‘. ✓ Das Konfliktthema verändert sich im Laufe des Konflikts. ✓ Wenn Sie die anderen beteiligten Personen im Konflikt benennen sollten, würden Sie Worte wählen wie „Gegner, Gegenseite, Blockierer, Bedenkenträger, ...“.

Für einen Sachkonflikt...

... sind alle Methoden gut geeignet, die Ihnen helfen, Klarheit über Ihr Ziel oder die Art und Weise der Konfliktlösung zu finden. Oder Methoden, die Ihnen helfen, neue kreative Ideen zu entwickeln.

Mit dem SCORE-Modell haben Sie ein solches Werkzeug an der Hand.

Für einen Beziehungskonflikt...

... reichen diese Methoden nicht mehr aus. In diesem Fall ist es erfolgversprechend, zuerst eine Methode zur Klärung des Beziehungskonfliktes anzuwenden.

Ist die Beziehungsebene geklärt, greifen auch die Methoden zur Lösung eines Sachkonfliktes (wie das SCORE-Modell) wieder.

Herzliche Grüße und gute Konfliktlösungen!

Ihr Lernseinfach-Team