

Konflikttypen TEST

1 trifft voll zu	2 trifft eher zu	3 trifft eher nicht zu	4 trifft gar nicht zu
------------------	------------------	------------------------	-----------------------

In einem Teammeeting entsteht eine hitzige Debatte. Du...

☐	☒	☐	☐	Versuchst, die Gemüter mit Humor zu beruhigen.
☐	☐	☒	☐	Hältst dich zurück, um keinen Streit zu provozieren.
☐	☐	☐	☒	Beobachtest sachlich und strukturierst innerlich mit.
☒	☐	☐	☐	Greifst aktiv ein, um Klarheit zu schaffen.

Ein Kollege bringt dich mit einem Kommentar aus der Fassung. Was passiert bei dir?

☐	☐	☐	☒	Ich lasse mir nichts anmerken und denke später darüber nach.
☐	☐	☒	☐	Ich ziehe mich zurück und fühle mich verletzt.
☒	☐	☐	☐	Ich schlage verbal zurück – das lasse ich mir nicht gefallen.
☐	☒	☐	☐	Ich lache es weg – Souveränität ist mir wichtig.

Wenn du merkst, dass jemand dir nicht zuhört, wie reagierst du?

☐	☐	☐	☒	Ich frage sachlich nach, ob etwas unklar ist.
☐	☒	☐	☐	Ich mache einen lockeren Kommentar, um die Situation aufzulockern.
☐	☐	☒	☐	Ich rede weniger und ziehe mich innerlich zurück.
☒	☐	☐	☐	Ich werde lauter und fordere Aufmerksamkeit.

In heiklen Verhandlungen fühlst du dich am wohlsten, wenn...

☐	☒	☐	☐	die Atmosphäre freundlich bleibt.
☒	☐	☐	☐	du das Gespräch steuerst und führst.
☐	☐	☐	☒	alle Fakten offen auf dem Tisch liegen.
☐	☐	☒	☐	niemand bloßgestellt wird.

Summe

