



Co-funded by
the European Union



PR3-Schulungs-Toolbox

Win-Win-Lösung Matrix

SESKAT. Entwicklung von sozialen und emotionalen Kompetenzen in der Erwachsenenbildung

2021-1-DE02-KA220-ADU-000035095



Co-funded by
the European Union



1) NAME UND BESCHREIBUNG DES TOOLS

Die "Win-Win Resolution Matrix" ist ein umfassendes Instrument zur Lösung von Konflikten durch einen strukturierten, kooperativen Prozess. Es handelt sich um eine Matrix mit vier Quadranten, die jeweils verschiedene Aspekte des Konfliktlösungsprozesses darstellen. Die Teilnehmer werden durch eine Reihe von Schritten geführt, um das Problem zu verstehen, Gemeinsamkeiten zu erkennen und für beide Seiten vorteilhafte Lösungen zu finden.

2) ZIELE DER AKTIVITÄT

- Förderung des Verständnisses:**
 - Die Teilnehmer formulieren ihre Sichtweise des Konflikts.
 - Ermutigt zum aktiven Zuhören, um den Standpunkt der anderen Partei zu verstehen.
- Offene Kommunikation:**
 - Fördert ein sicheres Umfeld für den Ausdruck von Gedanken und Gefühlen.
 - Fördert die Transparenz, um Vertrauen zwischen den Konfliktparteien aufzubauen.
- Gemeinsame Ziele festlegen:**
 - Erleichtert die Entdeckung von gemeinsamen Interessen und Zielen.
 - Verlagerung des Schwerpunkts von den Positionen auf die zugrunde liegenden Bedürfnisse und Wünsche.
- Verhandlungsgeschick entwickeln:**
 - Die Teilnehmer werden in die Lage versetzt, potenzielle Lösungen vorzuschlagen und zu bewerten.
 - Ermutigt zu Kompromissen und kreativen Problemlösungen.

3) VERBINDUNG DES TOOLS MIT EMOTIONALER INTELLIGENZ/SOFTEN FÄHIGKEITEN

- Selbsterkenntnis:** Die Teilnehmer reflektieren ihre emotionalen Reaktionen auf den Konflikt.
- Empathie:** Das Tool ermutigt die Teilnehmer, die Gefühle und Perspektiven anderer zu verstehen.
- Kommunikation:** Aktives Zuhören und effektiver Ausdruck von Emotionen sind wesentliche Bestandteile.
- Konfliktmanagement:** Bietet einen strukturierten Ansatz für den Umgang mit Emotionen bei Konflikten.

4) RESSOURCEN UND MATERIALIEN



Co-funded by
the European Union



- Fallstudien oder Szenarien, die verschiedene Konfliktsituationen darstellen.
- Leitfaden für Moderatoren mit Anweisungen, Diskussionspunkten und Fragen zur Nachbesprechung.
- Eine Tafel oder großes Papier zum Beschreiben der Matrix

5) SCHRITT FÜR SCHRITT

- 1. Einführung (15 Minuten):**
 - Kurzer Überblick über die Win-Win Resolution Matrix.
 - Erläuterung der einzelnen Quadranten und ihrer Rolle im Konfliktlösungsprozess.
 - Legen Sie Grundregeln für eine respektvolle Kommunikation fest.
- 2. Geleitete Diskussion (30 Minuten):**
 - Die Moderatoren präsentieren einen hypothetischen Konflikt und führen die Teilnehmer durch jeden Quadranten.
 - Die Teilnehmer identifizieren ihre Positionen, Interessen und Gefühle in Bezug auf den Konflikt.
- 3. Rollenspiele (40 Minuten):**
 - Die Teilnehmer teilen sich in Paare oder kleine Gruppen auf.
 - Jede Gruppe wendet die Matrix auf ein bestimmtes Konfliktszenario an.
 - Übungen in Form von Rollenspielen fördern die praktische Anwendung des Instruments.
- 4. Nachbesprechung und Diskussion (20 Minuten):**
 - Die Moderatoren leiten eine Gruppendiskussion über die gewonnenen Erkenntnisse und Herausforderungen.
 - Die Teilnehmer berichten über ihre Erfahrungen, Strategien und emotionalen Reaktionen.
- 5. Reflexion und Aktionsplanung (15 Minuten):**
 - Die Teilnehmer reflektieren ihr persönliches Wachstum und die Bereiche, in denen sie sich verbessern können.
 - Aktionsplanung für die Anwendung der Win-Win Resolution Matrix in realen Konflikten.

6) ERWARTETE LERNERGEBNISSE

- Verbesserte Selbstwahrnehmung und emotionale Intelligenz in Konfliktsituationen.
- Verbesserte Kommunikationsfähigkeiten, einschließlich aktives Zuhören und das Äußern von Bedürfnissen.
- Verbesserte Problemlösungsfähigkeiten durch Zusammenarbeit und Kompromisse.
- Größeres Selbstvertrauen bei der konstruktiven Bewältigung und Lösung von Konflikten.
- Entwicklung einer Denkweise, die auf Win-Win-Ergebnisse für nachhaltige Beziehungen abzielt.