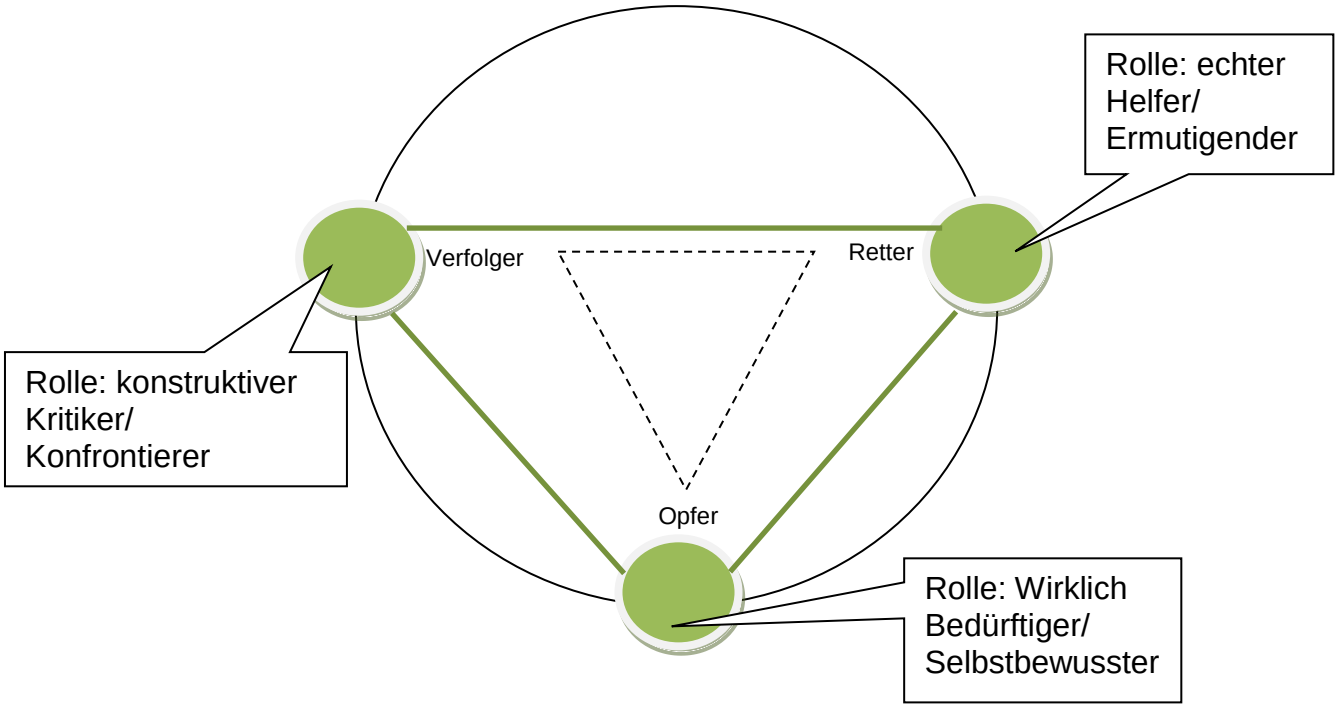
Das Gewinner-Dreieck

Das Gewinner-Dreieck ist ein Modell, mit dem die negative und unproduktive Abfolge im Drama-Dreieck aufgelöst und die ursprünglichen Bedürfnisse und Verhaltensmöglichkeiten der drei Rollen aufgedeckt und erarbeitet werden können. Wer autonom ist, wird weder aus einer Rolle im Drama-Dreieck heraus agieren noch jemand hineinziehen. Grundeinstellung ist +/+



Das **Opfer** geht in die Position des wirklich Bedürftigen/ Selbstbewussten, der **Verfolger** in die Rolle des konstruktiven Kritikers/ Konfrontierers und der **Retter** in die Rolle des echten Helfers/ Ermutigenden. Der Kreis soll bezeichnen, dass diese Positionen ebenso wechseln können, miteinander verbunden sind und Teile eines ganzen, autonomen Verhaltens darstellen.

Opfer – wirklich Bedürftiger/ Selbstbewusster
Der Selbstbewusste wird sich seiner Verletzlichkeit bewusst, er akzeptiert, dass er selbst ein Problem hat, dass sein Leiden verursacht. Er aktiviert sein ER, dadurch wird die Passivität abgebaut und er kann lösungsorientiert denken, fühlen und für die eigenen Bedürfnisse handeln.

Verfolger – konstruktiver Kritiker/ Konfrontierer
Die Energie wird nun in die Veränderung des Verhaltens anderer und das eigene Verhalten gesteckt und nicht mehr in die Anklage. Durchsetzten geschieht durch Verhandeln und nicht durch siegen.

Retter – echter Helfer/ Ermutigender
Sie respektieren die Fähigkeit der anderen, selber zu fühlen, zu denken und ihre Probleme zu lösen. Sie lernen zu erfragen, was der andere wirklich braucht und ihn dabei zu unterstützen, selbst die Lösungen zu kreieren.

Lit.: Acey Choy