



# Stoppen – Denken – Handeln

**Kompetenz:** Konfliktfähigkeit | **Zielgruppe:** Jugendliche |

**Notwendige Sprachkenntnisse:** Hörverstehen, Sprechen

**Ziel:** Eine Konfliktlösungsstrategie (Stoppen – Denken – Handeln) auf reale Situationen anwenden

**Zeit:** 20+ Minuten

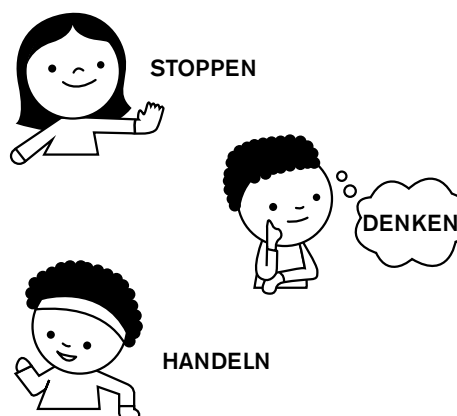
**Gruppengröße:** 8–20 Schülerinnen und Schüler

**Platz:** Platz für Rollenspiele

**Material:** Nicht erforderlich

**Vorbereitung:** Nicht erforderlich

**HANDELN:** Handeln bedeutet, dass wir mit der anderen am Konflikt beteiligten Person sprechen und gemeinsam eine Lösung finden.



## Spielregeln:

- ➔ Erklären Sie, dass Menschen jeden Tag Konflikte mit anderen Menschen haben – in der Schule, in der Arbeit, auf der Straße und zu Hause.
- ➔ Fragen Sie die Jugendlichen, welche Konflikte in ihrem Zuhause, in ihrer Schule und in ihrer Gemeinschaft häufig auftreten.
- ➔ Erklären Sie, dass sie eine Drei-Schritte-Strategie verwenden können, um Konflikte anzugehen und zu vermeiden.
- ➔ Beschreiben Sie die drei Schritte:

**STOPPEN:** Stoppen ist eine Möglichkeit, den Konflikt zu unterbrechen und „eine Pause zu machen“.

**DENKEN:** Denken bedeutet, dass wir über mögliche Lösungen für den Konflikt nachdenken.

- ➔ Bitten Sie die Schülerinnen und Schüler, anhand eines üblichen Konfliktes herauszufinden, was eine Person in diesem Konflikt tun könnte, um die drei Schritte zu demonstrieren. Zum Beispiel:

**STOPPEN:** Sagt zu der anderen Person: „Ich brauche zwei Minuten, um meine Gedanken zu sammeln und dann können wir weiter diskutieren“. Macht anschließend die Übung „Bauchatmung“, um euch zu beruhigen.

**DENKEN:** Überlegt, welche Bedürfnisse ihr in der Situation habt und welche Bedürfnisse die andere Person haben könnte. Könnt ihr Kompromisse eingehen?

**HANDELN:** Geht nun zurück zu eurer Partnerin oder eurem Partner, entschuldigt euch, übernehmt Verantwortung für eure Rolle in dem Konflikt und schlägt einen Kompromiss vor, indem ihr erklärt, wie dieser euch beiden nützt.



- ➔ Teilen Sie Gruppen ein, die aus zwei bis vier Schülerinnen und Schülern besteht.
- ➔ Jede Gruppe erstellt nun ein dreiteiliges Rollenspiel, welches die drei Schritte der Konfliktfähigkeit aufzeigt.
- ➔ Nach fünf bis zehn Minuten präsentiert jede Gruppe ihr Rollenspiel vor der Klasse.
- ➔ Bitten Sie die Schülerinnen und Schüler, die Schritte „STOPPEN“, „DENKEN“ und „HANDELN“ des Rollenspiels zu benennen.

### Hinweise:

- ➔ Bei jüngeren Jugendlichen können Sie jedem Schritt eine Handbewegung zuordnen.
- ➔ Machen Sie vor dieser Übung die Übung „Perspektivwechsel“ und fragen Sie die Schülerinnen und Schüler, ob ihnen die vorhergehende Übung bei dieser geholfen hat.
- ➔

### Diskussion:

- ➔ Denken Sie immer daran, eine Gruppendiskussion anzuschließen, um den Schülerinnen und Schülern dabei zu helfen, das Gelernte zu reflektieren.
  - *Wie habt ihr mit Stoppen – Denken – Handeln eure Konfliktsituationen gelöst?*
  - *Warum war die Strategie eurer Meinung nach effektiv?*
  - *Wie könnt ihr Stoppen – Denken – Handeln außerhalb des Rollenspiels verwenden?*
  - *Mit welchen anderen Strategien löst ihr Konflikte?*
- ➔ Teilen Sie die Botschaft des Spiels mit:
 

*„Wir können die dreiteilige Strategie ‚Stoppen – Denken – Handeln‘ verwenden, um auftretende Konflikte zu lösen. Diese Strategie hilft uns, eine Lösung zu finden, die auf alle Bedürfnisse eingehen kann.“*

