

Modul 8

Konflikte erkennen und lösen

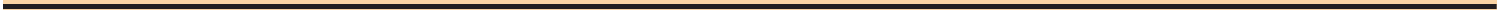
Schwerpunkte: Auslöser von Konflikten, Das Vier-Ohren-Modell, Methoden zur Konfliktlösung, Konflikte und Hilfspersonen

Sozialformen und Aktivitäten: Plenumsdiskussion, Gruppenarbeit



IRC / LUCY CARRIGAN





8.1. Ankommen

Ritualisierter Einstieg in den Tag



Genauere Infos und eine Auswahl an Übungen finden Sie in
Teil 1 – Wiederkehrende Elemente

- **Tagesablauf** (siehe Wiederkehrende Elemente, Punkt 1.1.):
Erstellen Sie einen Tagesablauf für den jeweiligen Tag.
- **Tagesziele:**
 - Die Schüler*innen können benennen, was ein Konflikt ist.
 - Die Schüler*innen kennen Strategien, um mit Konflikten umzugehen.
 - Die Schüler*innen sind in der Lage, Personen zu nennen, die ihnen bei der Lösung eines Konfliktes helfen können.
- **Stimmungsabfrage** (siehe Wiederkehrende Elemente, Punkt 1.2.)
- **Achtsamkeitsübung** (siehe Wiederkehrende Elemente, Punkt 2.)
- **Vermittlung des DaZ-Vokabulars** (siehe Wiederkehrende Elemente, Punkt 3.)



8.2. Konflikte und was sie auslöst

Name der Übung	Was ist ein Konflikt?
Ziel	Die Schüler*innen sind in der Lage, verschiedene Konfliktsituationen zu benennen.
Dauer in Minuten	10
Material	Nicht erforderlich
Beschreibung	<ul style="list-style-type: none">■ Sammeln Sie gemeinsam mit den Schüler*innen unterschiedliche Konfliktsituationen. Welche Arten von Konflikten gibt es? Welches Beispiel für einen Konflikt fällt den Schüler*innen ein? Welche Gefühle spüren sie dabei? Wie gehen sie mit Konflikten um?



Name der Übung	Verwirrung
Ziel	Die Schüler*innen sind in der Lage, zu beschreiben, wie Konflikte entstehen können.
Dauer in Minuten	20 (Durchführung: 5 Minuten, Reflexion: 15 Minuten)
Material	Kleine Steine oder kleine Bälle (so viele wie Schüler*innen)
Beschreibung	<ul style="list-style-type: none"> ■ Verteilen Sie die Steine oder Bälle in der Mitte des Raums. Teilen Sie anschließend die Schüler*innen in vier gleich große Gruppen auf. Gehen Sie nun zu jeder der vier Gruppen und geben Sie ihnen (so, dass es die anderen Gruppen nicht mitbekommen) jeweils eine der Anweisungen: <ul style="list-style-type: none"> – „Um dieses Spiel zu gewinnen, müssen alle Steine / Bälle in drei Minuten in einem Kreis in der Mitte des Raums angeordnet werden.“ – „Um dieses Spiel zu gewinnen, müssen alle Steine / Bälle in drei Minuten in der Nähe der Tür (oder an einem anderen Punkt im Raum) platziert werden.“ – „Um dieses Spiel zu gewinnen, müssen alle Steine / Bälle in drei Minuten in der Nähe des Fensters (oder an einem anderen Punkt im Raum) platziert werden.“ – „Geht zur Seite und beobachtet, was passiert.“ ■ Sagen Sie den Schüler*innen, sie sollen niemandem weitersagen, welche Anweisung sie erhalten haben. Geben Sie nun jeder Gruppe drei Minuten Zeit, um die jeweilige Anweisung auszuführen. ■ Führen Sie die Schüler*innen nach dem Spiel zu einer kleinen Diskussion zusammen. <ul style="list-style-type: none"> – Bitten Sie die beobachtende Gruppe, zu erzählen, was sie bei den anderen Gruppen festgestellt haben (Beispielantworten: einige Schüler*innen bewegten die Steine / Bälle durch den Raum, andere stritten miteinander). – Fragen Sie die anderen Gruppen, was sie wütend gemacht hat oder was den Konflikt verursacht hat. Lassen Sie einige Schüler*innen ihre Antworten vor der Klasse vortragen (Beispielantwort: Ich habe versucht, einen Kreis mit den Steinen zu bilden und irgendjemand hat die Steine ständig weggenommen.). – Erklären Sie den Schüler*innen nun, dass jede Gruppe eine andere Anweisung erhalten hat. Fragen Sie die Schüler*innen, ob sie anders reagiert hätten, wenn sie gewusst hätten, dass jede Gruppe unterschiedliche Anweisungen hatte. ■ Teilen Sie die Botschaft des Spiels mit: „Manchmal entstehen Konflikte, wenn man nicht weiß, was die andere Person denkt und wir möglicherweise unterschiedliche Zwecke verfolgen. Es ist daher wichtig, hinzusehen und zuzuhören, um ein Problem zu verstehen, anstatt wütend zu werden und Konflikte in der Gruppe zu erzeugen.“



Name der Übung	Das Vier-Ohren-Modell
Ziel	Die Schüler*innen sind in der Lage, verschiedene Arten des Verstehens einer Botschaft zu benennen.
Dauer in Minuten	30
Material	Arbeitsblatt „Das Vier-Ohren-Modell“ (S. 131)
Beschreibung	<ul style="list-style-type: none"> ■ Teilen Sie das Arbeitsblatt „Das Vier-Ohren-Modell“ aus. ■ Besprechen Sie gemeinsam das Beispiel auf dem Arbeitsblatt. ■ Erklären Sie anschließend, dass eine Nachricht unterschiedlich verstanden werden kann. Stellen Sie das Vier-Ohren-Modell vor und besprechen Sie dieses mit den Schüler*innen: Welches Ohr ist bei ihnen am stärksten? Welche Vor- und Nachteile haben die jeweiligen Modelle? Wie können die Schüler*innen das nächste Mal versuchen, eine Nachricht anders zu interpretieren? ■ Wenn die Schüler*innen das Vier-Ohren-Modell verstanden haben, können Sie auch gemeinsam dieses Video anschauen und bearbeiten.



8.3. Wie kann ich mit Konflikten umgehen?

Name der Übung	Stoppen–Denken–Handeln
Ziel	Die Schüler*innen sind in der Lage, mit der Methode „Stoppen–Denken–Handeln“ einen Konflikt zu lösen.
Dauer in Minuten	45
Material	Nicht erforderlich
Beschreibung	<ul style="list-style-type: none">■ Greifen Sie zurück auf die bisher gesammelten Konflikte. Anhand dieser Konflikte können Sie nun die Methode „Stoppen-Denken-Handeln“ erklären.■ Erklären Sie, dass Menschen jeden Tag Konflikte mit anderen Menschen haben: in der Schule, bei 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. Die einzelnen Schritte sind:<ul style="list-style-type: none">– 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.– HANDELN: Handeln bedeutet, dass wir mit der anderen am Konflikt beteiligten Person sprechen und gemeinsam eine Lösung finden.■ Sammeln Sie gemeinsam im Plenum anhand eines konkreten Konfliktes, der von den Schüler*innen genannt wurde, Möglichkeiten für die drei Schritte. Zum Beispiel:<ul style="list-style-type: none">– 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* eurem Partner, wenn ihr es für angemessen haltet, übernehmt Verantwortung für eure Rolle in dem Konflikt und schlägt einen Kompromiss vor.■ Anschließend werden Gruppen mit je zwei bis vier Schüler*innen gebildet. 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.■ Diskutieren Sie anschließend mit den Schüler*innen die Übung: 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?



Name der Übung	Wie sage ich, wenn mich etwas stört
Ziel	Die Schüler*innen sind in der Lage, ihre Gefühle und Bedürfnisse in Konfliktsituationen zu benennen und in einer Aussage zu formulieren.
Dauer in Minuten	30
Material	Nicht erforderlich
Beschreibung	<ul style="list-style-type: none"> ■ Neben der Methode „Stoppen-Denken-Handeln“ gibt es noch andere Möglichkeiten, einen Konflikt zu lösen. Bei diesem Ansatz geht es mehr um unsere Gefühle und wie wir etwas sagen. Wir können überlegen, wie wir unsere Gefühle formulieren, und sogar üben, was wir in solchen Konfliktsituationen sagen können, um ruhig zu bleiben und sachlich zu erklären, was uns ärgert. Es sind 4 Schritte: <ol style="list-style-type: none"> 1. Wenn ich höre, dass ... (kurz sagen, was passiert, dass uns ärgert) 2. fühle ich mich ... (verletzt, beleidigt, verachtet, ignoriert) 3. weil ich ... (mehr Zeit mit dir / ein Gespräch mit dir brauche) 4. Deshalb bitte ich dich darum, dass du ... ■ Hinweis: In diesem Video wird die gewaltfreie Kommunikation anschaulich erklärt:



Name der Übung	Was sage ich ...?
Ziel	Die Schüler*innen sind in der Lage, einen Konflikt anhand der „4-Schritte-Methode“ gewaltfrei zu lösen.
Dauer in Minuten	20
Material	Arbeitsblatt „Was sage ich ...?“ (S. 132)
Beschreibung	<ul style="list-style-type: none"> ■ Teilen Sie das Arbeitsblatt „Was sage ich ...?“ aus. Die Schüler*innen lesen sich nun die Konfliktsituationen durch und formulieren mithilfe der vier Schritte der gewaltfreien Kommunikation Aussagen. Diese können sie auch auf ihrer Familiensprache formulieren. Anschließend gehen die Schüler*innen in Zweiergruppen zusammen, vergleichen ihre Aussagen und geben sich gegenseitig Feedback. ■ Laden Sie die Schüler*innen dazu ein, ihre Aussagen laut vorzulesen oder schauspielerisch darzustellen. Wie fühlt sich das an? ■ Fragen Sie die Schüler*innen, ob sie sich vorstellen können, diese vier Schritte bei einem zukünftigen Konflikt umzusetzen.



8.4. Wer kann bei einem Konflikt helfen?

Name der Übung	Konflikthelfer*innen
Ziel	Die Schüler*innen können Menschen in ihrem Umfeld nennen, die ihnen in Konfliktsituationen helfen können.
Dauer in Minuten	15
Material	Kontaktdaten von Anlaufstellen / Vertrauenspersonen
Beschreibung	<ul style="list-style-type: none"> ■ Fragen Sie die Schüler*innen, an wen sie sich wenden, wenn sie ein Problem haben. Handelt es sich dabei immer um die gleiche Person? Wann wenden sie sich lieber an die Familie, an Freund*innen oder an eine Lehrkraft? ■ Erklären Sie, dass es an der Schule Personen gibt, die in Konfliktsituationen helfen können, zum Beispiel Mediator*innen, Streitschlichter*innen oder Vertrauenslehrkräfte und nennen Sie deren Aufgaben (Schweigepflicht, neutral bleiben, auf weitere Unterstützungsangebote hinweisen können etc.). ■ Weisen Sie die Schüler*innen auf weitere Unterstützungsmöglichkeiten in der Stadt hin.

Name der Übung	Konflikte und Hilfspersonen zuordnen
Ziel	Die Schüler*innen können verschiedene Hilfspersonen verschiedenen Konfliktsituationen zuordnen.
Dauer in Minuten	30
Material	Nicht erforderlich
Beschreibung	<ul style="list-style-type: none"> ■ Schreiben Sie unterschiedliche Personen und Orte, an die sich die Schüler*innen bei Konflikten wenden können, auf ein Plakat. Zum Beispiel: <ul style="list-style-type: none"> – Eltern, Tante, Onkel, Großeltern – Geschwister, Cousinen*Cousins – Lehrkraft – Schulsozialpädagogin*Schulsozialpädagoge – Klassenrat – Schulleitung – Polizei ■ Gemeinsam im Plenum überlegen die Schüler*innen nun, bei welchen Konflikt- oder Stresssituationen die jeweiligen Kontakte helfen können. Eine Situation kann auch mehreren Hilfspersonen zugeordnet werden. ■ Weisen Sie die Schüler*innen darauf hin, dass sie die Konfliktsituationen auch zeichnen oder in ihrer Familiensprache formulieren können. Diese können anschließend gemeinsam in der Klasse auf Deutsch notiert werden.



8.5. Abschluss

Ritualisierter Abschluss des Tages



Genauere Infos und eine Auswahl an Übungen finden Sie in *Teil 1 – Wiederkehrende Elemente*

- **Achtsamkeitsübung** (siehe Wiederkehrende Elemente, Punkt 2.)
- **Lerntagebuch** (siehe Wiederkehrende Elemente, Punkt 4.1.)
- **Feedback** (siehe Wiederkehrende Elemente, Punkt 4.2.)

Notizen





Arbeitsblatt: Das Vier-Ohren-Modell

Name: _____

Datum: _____

Du hast deine Freundin*deinen Freund zum Essen eingeladen und Spaghetti gekocht. Ihr wollt gerade anfangen zu essen, da sagt deine Freundin*dein Freund: „Da ist etwas Grünes im Essen drin.“

- Was denkst du, möchte deine Freundin*dein Freund dir damit sagen?
- Wie fühlst du dich, mit dem was sie*er dir sagt?

Das **Vier-Ohren-Modell** beschreibt, wie eine Nachricht auf vier unterschiedliche Weisen verstanden werden kann:

<p>Ohr 1: Sachinhalt (über etwas informieren)</p> <p>Du stellst fest: „Aha, meine Freundin*mein Freund sieht hier etwas Grünes.“</p>	<p>Ohr 2: Selbstoffenbarung (etwas von einem selbst zu erkennen geben)</p> <p>Du stellst fest: „Ihr*Ihm schmeckt das Essen nicht.“</p>
<p>Ohr 3: Beziehung (das hält man von der anderen Person)</p> <p>Du stellst fest: „Meine Freundin*mein Freund denkt, dass ich schlecht koche.“</p>	<p>Ohr 4: Appell (das möchte man erreichen)</p> <p>Du stellst fest: „Das nächste Mal mache ich lieber etwas ohne Gemüse, meine Freundin*mein Freund mag kein Gemüse.“</p>

- Welches der vier Ohren hört bei dir am besten?
- Welche Gefahren gibt es, wenn man immer nur mit einem Ohr zuhört?





Arbeitsblatt: Was sage ich ...?

Name: _____

Datum: _____

Lies dir die Konfliktsituationen durch.

Überlege nun, wie du deine Aussagen gewaltfrei formulieren kannst.

Nutze dazu die vier Schritte der gewaltfreien Kommunikation.

Konflikte:

- Deine Schwester*dein Bruder sollte heute einkaufen, aber hat es vergessen, und nun ist sie*er bei ihren*seinen Freund*innen. Du kommst gerade nach Hause und es gibt nichts zu essen. Was sagst du zu deiner Schwester*deinem Bruder, wenn sie*er nach Hause kommt?
- Du und deine gute Freundin*dein guter Freund wollen heute gemeinsam Fußball spielen. Du freust dich sehr. Kurz davor schreibt sie*er dir eine Nachricht: „Ich komme heute nicht, ich gehe heute lieber Computerspiele spielen“. Was kannst du ihr*ihm zurückschreiben?
- Du hast deiner Freundin*deinem Freund etwas sehr Privates erzählt und um Hilfe gebeten. Jetzt erzählt sie*er Anderen dein Geheimnis weiter. Was sagst du zu ihr*ihm?

Die vier Schritte der gewaltfreien Kommunikation:

1. Wenn ich höre, dass ... (kurz sagen, was dich ärgert)
2. fühle ich mich ... (z.B. verletzt oder ignoriert)
3. weil ich ... (z.B. mehr Zeit mit dir verbringen möchte)
4. Deshalb bitte ich dich darum, dass du ... (z.B. mir zuhörst)

