Momänt für Broschüre 4

KONFLIKTE

LÖSEN

Wir alle leben in einer konfliktreichen Zeit und kommen zwischendurch mit unangenehmen Situationen in unserem persönlichen Umfeld in Berührung (Streit mit Eltern, ungerechte Behandlung in der Schule, ausgestossen im Kolleginnen-/ Kollegenkreis etc.).

Der angepasste Umgang mit schwierigen Situationen ist ein wichtiger Teil in der Suchtprävention.

Die Flucht zu einem Suchtmittel (Alkohol, Zigarette, Süssigkeiten, Fernseher) ist kein Ausweg.
Das Bewusstsein muss entstehen, dass Konflikte bearbeitet werden können.
Krisen gehören zum Leben und werden zu Chancen, wenn wir lernen, sie positiv zu bewältigen.

Rollenspiele

Idee

Rollenspiel mit verschiedenen Konfliktsituationen.

Ziel

Kinder sollen den Umgang mit Konfliktsituationen erfahren und Lösungen herausfinden.

Ablauf

1. Die Anwärmephase sorgt für eine Auseinandersetzung mit der Situation, dem Problem, der Geschichte. Die Kinder müssen in der Lage sein, sich in die Rollen einfühlen zu können. Dies erfordert Zeit.

2. Der/die Leiter/in des Spiels wählt die Spieler/innen aus. Er/Sie achtet dabei auf die Spielbereitschaft und auf die Eignung. Spieler, von denen wir eine «Superlösung» erwarten, berücksichtigen wir zunächst besser nicht, um eine fortschreitende Entwicklung und damit ein Erfolgserlebnis zu erzielen.

3. Wir machen die Zuschauenden auf ihre Beobachtungsaufgabe aufmerksam.

4. Spielphase
Wenn vor dem Spiel viel gesprochen wird, kann dies ein Zeichen von Hemmungen, resp. Angst sein. Achte darauf, dass jetzt gespielt wird. Ueber Hemmungen und Aengste kann man nachher sprechen.

5. Anteilnahme
Wir fragen zunächst die Spieler/innen, dann die Zuschauer/innen: «Was bedeutet dir das Spiel? Was wurde in dir berührt? An welche Ereignisse wurdest du erinnert?» Wir ermöglichen aber auch Verständigungsfragen, wie z.Bsp: «Welche Bedeutung besass dieser Besen?»

6. Auswertungsphase
Wir stellen Fragen wie: «Wie beurteilt ihr das Ergebnis? Was hätte auch geschehen können? Wie wäre es wahrscheinlich weitergegangen?» Vorschläge, wie man sich geschickter verhalten könnte, sollen gespielt werden!

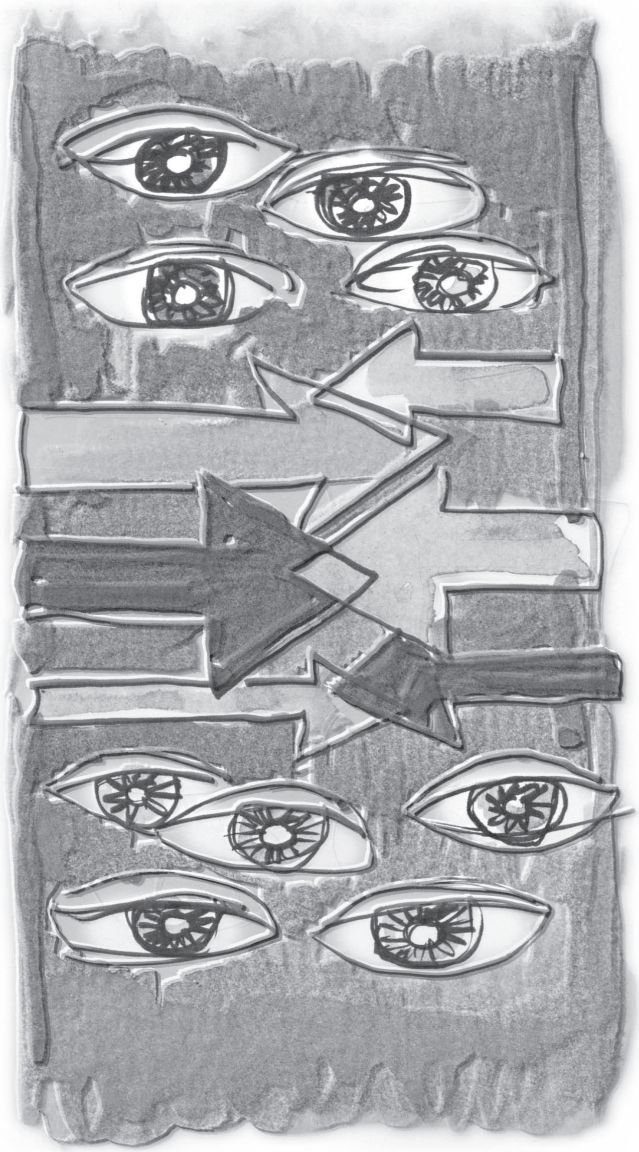
Altersstufe
alle

Zeitbedarf
2 Stunden

Blockangabe
1 Block

Anzahl Teilnehmer/innen
ganzes Lager, in kleinen Gruppen (Altersgruppen)

Material
keines



Variante 1: Während der Siesta

Wie jeden Tag im Lager herrscht Siesta-Zeit. Die Kinder spielen grüppchenweise verschiedene Spiele. Anita steht etwas verloren vor dem Lagerhaus herum. Ein paar Kinder spielen mit den Diabolos, leider ist keiner mehr übrig. Anita fragt, ob jemand mit ihr abwechseln möchte. Niemand gibt Antwort - und alle spielen weiter. Anita ist enttäuscht, sie könnte den anderen viele Tricks zeigen.
- Was würdest du jetzt tun, wenn du Anita wärst?
- Wie beurteilst du die Situation?

Variante 2: Neu im Lager

Philipp ist das erste Mal mit dabei im Lager, er kennt niemanden von den Kindern. Am ersten Lagertag gibt es einen Postenlauf. Es sollen spontan Gruppen gebildet werden. Philipp geht zögernd als letzter auf eine Gruppe zu. Die Kinder dieser Gruppe strecken ihre Köpfe zusammen und tuscheln...
- Was würdest du tun, wenn Du an Philipps Stelle wärst?

Die Hauptaufgabe des/der Leiters/Leiterin besteht in der Erhaltung eines Vertrauens-Klima, in dem Fehler gemacht werden dürfen. Agressives, verletzendes Verhalten der Kinder untereinander könnte man in einem separaten Spiel verwenden, dies erfordert jedoch einige Erfahrungen. Der/die Leiter/in unterstützt die spielenden Kinder, vermeidet jede Wertung, achtet auf den Realitätsbezug und demonstriert sein Einfühlungsvermögen in die (Rolle der) Spieler/innen.

Ein Teil der verwendeten Anregungen stammt aus dem Buch «Rollenspiel als soziales Entscheidungstraining» (Shaftel/ Shaftel/Weinmann, 1978). Ein weiteres Buch über das Rollenspiel: Froer H. (1974), Spiel und Wechselspiel, München.

Konflikte «zeichnen»

Idee

Eine selbst erlebte Konfliktsituation aufzeichnen.

Ziel

Konfliktsituationen erkennen und Lösungen suchen.

Ablauf

- Den erlebten Konflikt zeichnen
  (bei jüngeren Kindern ist es empfehlenswert, von «Streitsituationen» zu sprechen).
- In kleinen Gruppen Konflikte vorstellen.
- Eine oder mehrere Konfliktsituationen spielen (gruppenweise).
- Frage: An wen kann ich mich in Konfliktsituationen wenden? (Diskussion).

Altersstufe
alle

1 Zeitbedarf
1 Stunde

Blockangabe
1/2 Block

Anzahl Teilnehmer/innen
ganzes Lager

Material
Farben, Malunterlagen

Oje, die Küche streikt

Idee

Das Essen, für alle etwas mehr oder weniger Wichtiges, wird verweigert. Am eigenen Leib sollen alle selbst erleben, wie sie darauf reagieren. Gemeinsam sollen verschiedene Wege gesucht werden, aus denen man eine Lösung auswählt.

Ziel

Allen wird bewusst, wie sie reagieren, wenn sie etwas Gewünschtes nicht wie gewohnt und erwartet erhalten. Verschiedene Lösungswege sollen gemeinsam herausgefunden werden. Das ganze Lager entscheidet sich für einen Weg und führt diesen gemeinsam durch. Konflikte sind normal und wichtig. Den LagerteilnehmerInnen wird die Möglilchkeit geboten, sich mit einem Konflikt auseinanderzusetzen und ihm nicht auszuweichen.

Ablauf

Wenn alle am Tisch sitzen, gibt die Küche bekannt (mit Plakaten etc.), dass sie streike, anstatt das vorgesehene Kartoffelgericht (oder anderes) zu kochen. Es kann ruhig mal abgewartet werden, wie die TeilnehmerInnen reagieren... Wenn die Gemüter sich etwas beruhigt haben, soll gemeinsam beraten werden, was getan werden soll...

- Wird gefastet?
- Wird mit der Küche verhandelt?
- Wird ein Feuer gemacht?
- Weitere Lösungen ....

Sobald eine gemeinsame Lösung gefunden ist, wird diese durchgeführt.

Altersstufe
Alle

Zeitbedarf
2 Stunden

Blockangabe
1 Block

Anzahl Teilnehmer/innen
alle

Material
z.B. Kartoffeln (für alle)

Ergänzungen

Konflikte gehören zum Leben, wie andere Menschen. Überall wo wir mit anderen Menschenzusammen sind, wird es zu Konflikten kommen, weil kein Mensch genau wie der andere denkt und empfindet.
Mit jedem Konflikt den wir lösen können, werden wir ein Stück wachsen, und um eine gute Erfahrung reicher werden.

Was für Konflikte kann es geben:

- Mit mir selbst: - falsches Selbstwertgefühl...
- Mit meiner Familie: - Missverständnisse, fehlendes Vertrauen, zuwenig Zeit füreinander...
- In der Schule/Arbeit: - Überforderung, Überlastung, Ausgestossen sein...

Was für Hilfen gibt es um Konflikte zu lösen:

- Miteinander reden !!!
- Missverständnisse an- und aussprechen
- Schuld eingestehen und verzeihen
- Vorurteile abbauen

Hilfe annehmen !!!

- Suche dir eine/n Freund/in mit dem/r du über alles sprechen kannst. Oft hilft es schon wenn du jemandem Dein Problem schildern kannst.
- Unter Umständen, ist es gut eine dritte neutrale Person einzuschalten, die die Situation von aussen und daher auch objektiver beurteilen kann.

Aktiv werden !!!

- Bei Überbelastung mal Nein sagen lernen
- Unternimm einen ersten Schritt - auf den andern zu, auf den Konflikt zu.

Und wenn es im Team kriselt ?

Hier ein paar Möglichkeiten, wie man einen Konflikt im Team angehen kann:

- Supervision durch aussenstehende Person.
- Jeder schreibt jedem einen Brief.
- In Zweiergruppen nach Lösungsmöglichkeiten suchen und anschliessend in der Gruppe darüber diskutieren.
- Konflikte können auch durch ein überladenes Programm und dementsprechenden Stress entstehen. Manchmal genügt es, etwas Abstand zu nehmen, einen Plauschanlass zu machen (Hallenbad, Skifahren, Kino, Kegeln...) um dann einige Zeit später den Konflikt bei etwas abgekühlteren Gemütern zu bereinigen.
- Postenlauf mit verschiedenen zu bewältigenden Problemsituationen (Gruppen bilden mit Leuten, die normalerweise nicht zusammen sind).
- In Einzelgesprächen die Konfliktursachen herausfinden versuchen und die Betreffenden direkt ansprechen.
- Elternrat, oder ähnliche Gruppe älterer Personen miteinbeziehen, falls die Vertrauensbasis vorhanden ist.