

Vermittlung bei Streit unter Kindern

Inspiriert von der gewaltfreien Kommunikation

Wenn zwei sich streiten, kann das Friedensseil dazu beitragen, gegenseitiges Verständnis aufzubauen und eine Lösung zu finden.

Fast jede Handlung (auch im Streitfall) ist ein Versuch, eigene Bedürfnisse zu erfüllen. Deshalb kann es helfen, Kinder unparteiisch nach ihren Gefühlen zu fragen und ihren Bedürfnissen auf die Spur zu kommen. Gemeinsam kann eine weniger konflikthanfällige Strategie zur Erfüllung der vorhandenen Bedürfnisse gesucht werden.

Friedensseil: Gebrauchsanleitung

Jeweils eine streitende Person hält ein Ende des Seiles fest.

Beide beantworten die erste Frage.

Danach gehen beide aufeinander zu zur nächsten Frage.

Diese beiden Schritte werden wiederholt bis zur letzten Frage in der Mitte.

Bei der letzten Frage soll eine gemeinsame Lösung gefunden werden, mit welcher beide zufrieden sind.

Tipps für die Gesprächsleitung

Allgemein

- Bereitschaft für die Nutzung des Friedensseils abholen.
Wenn eine Person nicht dazu bereit ist, empfindet sie möglicherweise Angst oder Scham und braucht erst Einfühlung. (z.B. Sicherheit, dass sie nicht bestraft wird. Das alle Gefühle okay sind.)
- Von Knoten zu Knoten führen. Bei jedem Knoten beide Personen zur Sprache lassen kommen.
- Nur eine Person spricht, die anderen hören zu.
- Wenn eine Person vorerst beim Sprechen gestoppt wird, ihr die Sicherheit geben, dass sie auch noch zur Sprache kommt.
- Jede Person spricht für sich selbst. (z.B. in "Ich ..." -Botschaften)
- Vorschläge machen und Vermutungen äussern, welches der Gefühle/Bedürfnisse zutreffen könnte. «Bist du ...?», «Brauchst du ...?»
- Wiederholen und zusammenfassen was gesagt wurde.

Was ist passiert?

Hier sind objektive Geschehnisse gefragt, immer wieder auf diese Fragen zurückführen:

- Was ist in der aktuellen Konfliktsituation genau passiert?
- Wer hat was gesagt oder getan?
- Was war beobachtbar?

Wie fühlst du dich?

Gefühle entstehen durch Gedanken, mit denen wir eine Situation deuten. Darum können folgende Fragen hilfreich sein:

- Was hast du in der Situation gedacht?
- Was hast du wo im Körper gespürt?

Was brauchst du?

Wenn eines der folgenden Gefühle da ist, erfüllen sich die nebenstehenden Bedürfnisse höchstwahrscheinlich nicht:

Gefühl	Unerfülltes Bedürfnis
müde / erschöpft	> Ruhe / Schlaf
gestresst	> Sicherheit, Essen / Trinken
ängstlich	> Schutz, Sicherheit
einsam	> Dazugehören, wichtig sein, *Verbunden sein
traurig	> Alle Bedürfnisse
wütend	> selbst entscheiden, *Gleichwertig sein, Alle Bedürfnisse
gelangweilt	> Spielen, *Abwechslung

** Diese Bedürfnisse sind nicht auf dem Friedenseil abgebildet, können aber bei diesem Gefühl unerfüllt sein.*

Was machen wir ab?

Eine Abmachung soll konkret, positiv formuliert und jetzt erfüllbar sein.

- Hat jemand einen Vorschlag, wie die Bedürfnisse von beiden erfüllen werden könnten? Passt dieser Vorschlag auch für die andere Person?
- Was gibt dir in dieser Situation «Sicherheit», «Trost» etc. Wie wirst du zu Hause getröstet, wie lässt du sonst deine Wut raus...
- Was wünschst du dir von der anderen Person oder von der Gesprächsleitung? Um was möchtest du diese Bitten?

Liste von Gefühlen und Bedürfnisse

Für das Friedensseil wurde eine Auswahl an Gefühlen und Bedürfnissen getroffen, die bei streitenden Kindern oft relevant sind. Untenstehend eine ausführlichere Liste. Mit Jugendlichen/Erwachsenen kann es hilfreich sein, anstelle des Friedensseil, diese Liste zu nutzen.

Gefühle, die auf unerfüllte Bedürfnisse hinweisen	Bedürfnisse sprachlich vereinfacht
ängstlich	Abwechslung
belastet	beitragen
durcheinander	Bewegung
einsam	Dazugehören
enttäuscht	ehrlich sein
erschöpft	Entspannung
erschrocken	freie Zeit
frustriert	Frieden
gelangweilt	Gefragt werden
gestresst	Gemeinschaft
hilflos	Gesehen werden
irritiert	gestalten
müde	Gleichwertig sein
mutlos	Hilfe
schüchtern	Lernen
traurig	Liebe
unruhig	Miteinander reden
unsicher	Nähe
verzweifelt	Nahrung
wütend	Ordnung
zerrissen	Ruhe
	Schlaf
	Schönheit
	Schutz
	Selbst entscheiden
	Sicherheit
	So sein wie ich bin
	Spass
	Spielen
	trauern
	Verbunden sein
	Wärme
	wichtig sein

Bastelanleitung

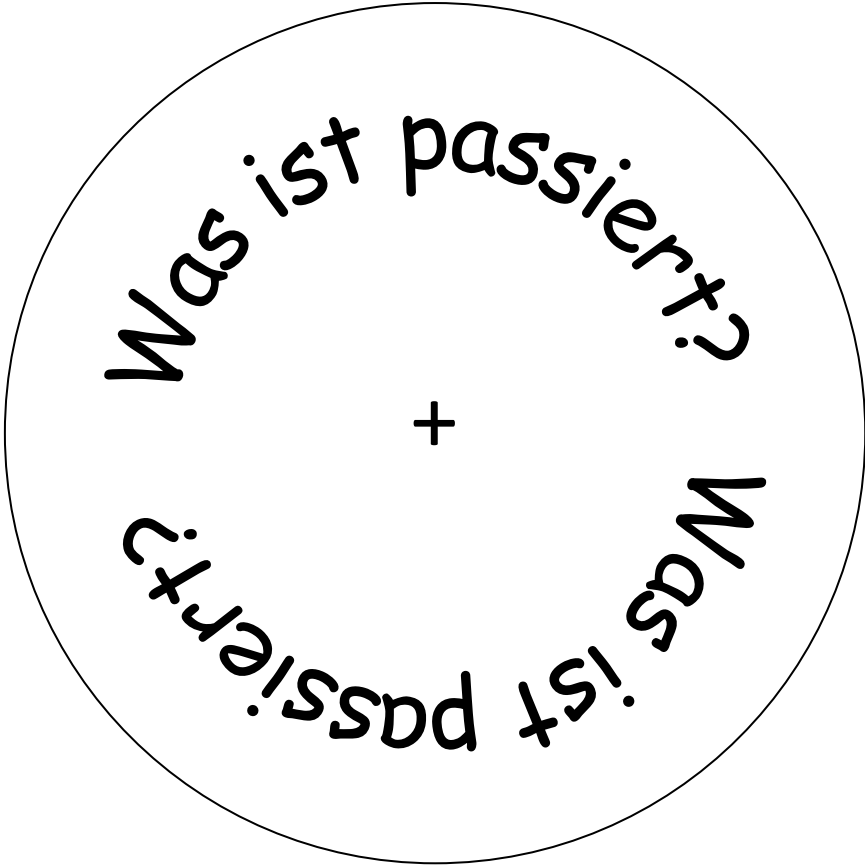
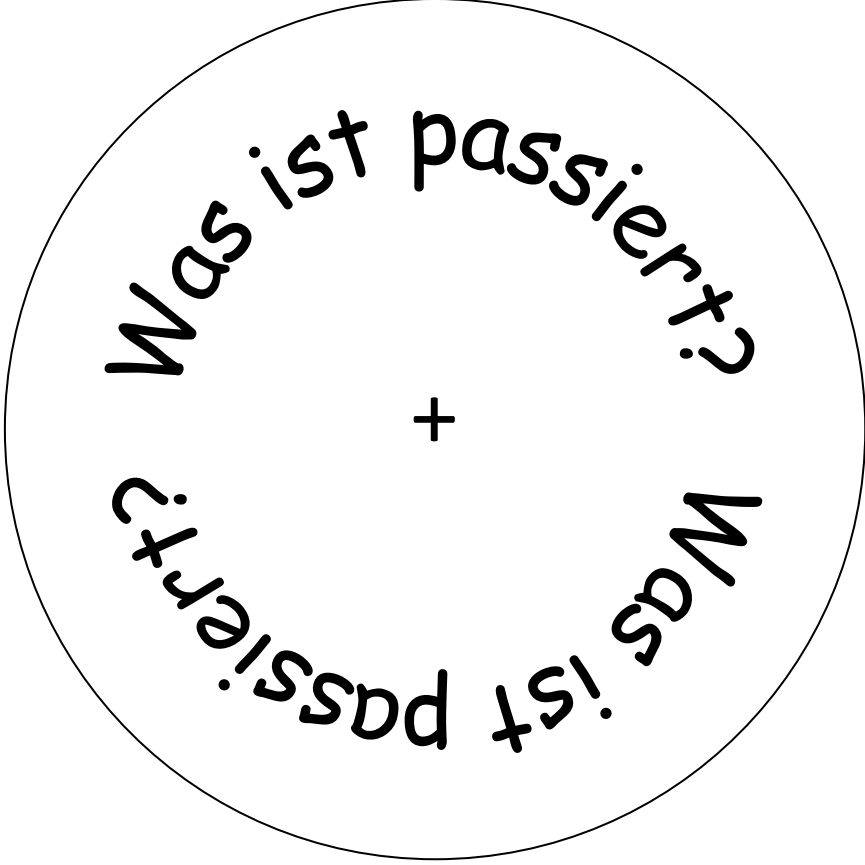
1. Dieses Dokument beidseitig und an der langen Kante gespiegelt auf dickes Papier ausdrucken. Alternativ kann das Dokument auch einseitig ausgedruckt und auf Kartonkreise geklebt werden.
2. Die Kreise ausschneiden und in der Mitte ein Loch stechen.
3. Die Kreise auf ein Seil auffädeln und mit Knoten befestigen.

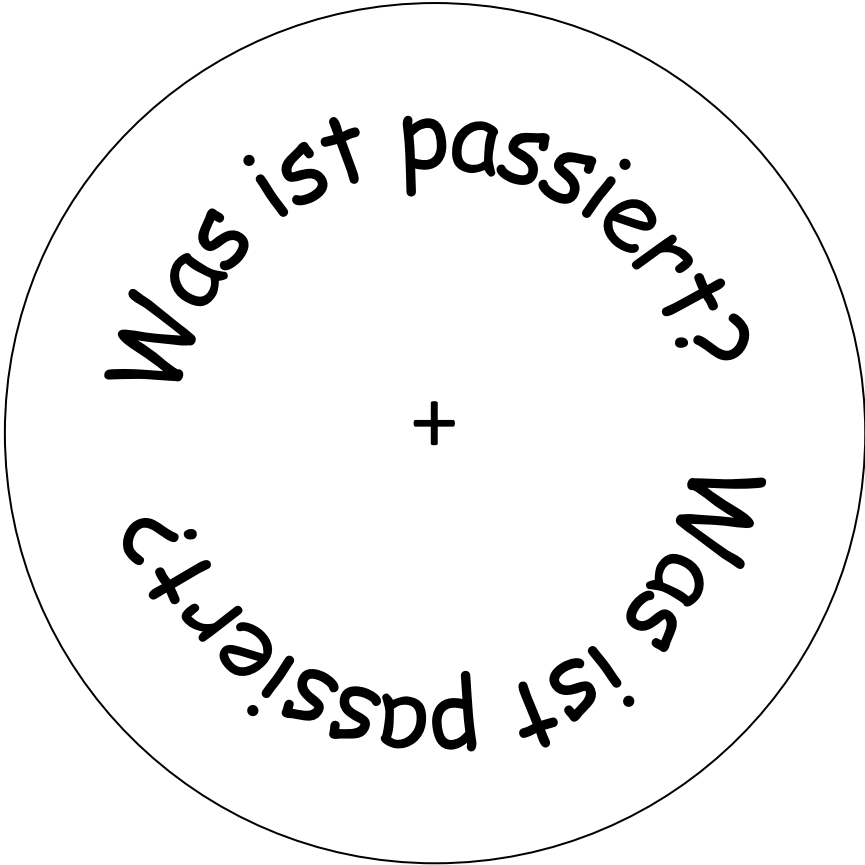
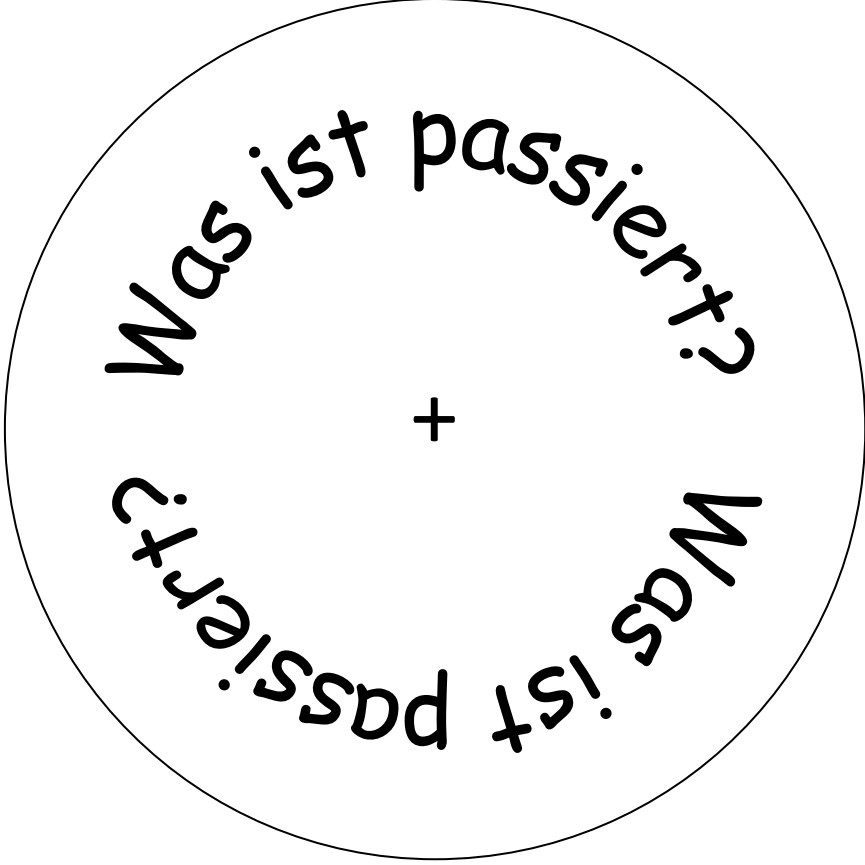
Die Reihenfolge ist:

|
Was ist passiert?
|
Wie fühlst du dich?
|
Was brauchst du?
|
Was machen wir ab?
|
Was brauchst du?
|
Wie fühlst du dich?
|
Was ist passiert?
|

Die Frage sollte jeweils dem nächsten Ende des Seils zugewandt sein.







Wie fühlst du dich?
+
Wie fühlst du dich?
Wie fühlst du dich?



einsam



traurig

wütend



gelangweilt



müde
/erschöpft



gestresst

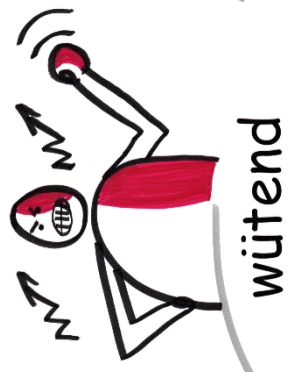
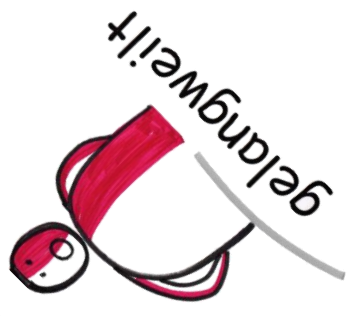
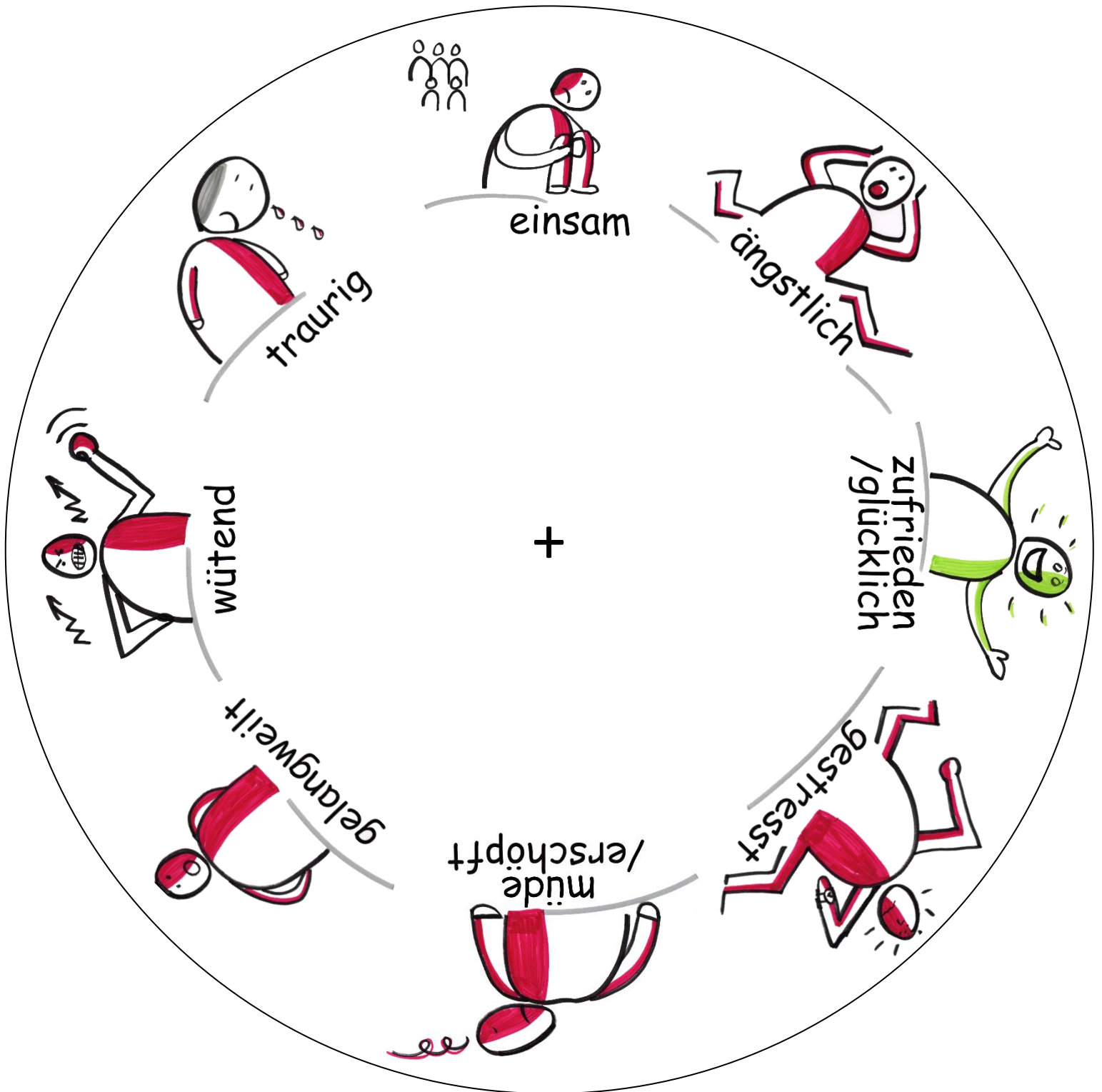


zufrieden
/glücklich



ängstlich





Wie fühlst du dich?
+
Wie fühlst du dich?
Wie fühlst du dich?



einsam



traurig

wütend



gelangweilt



müde
/erschöpft



gestresst

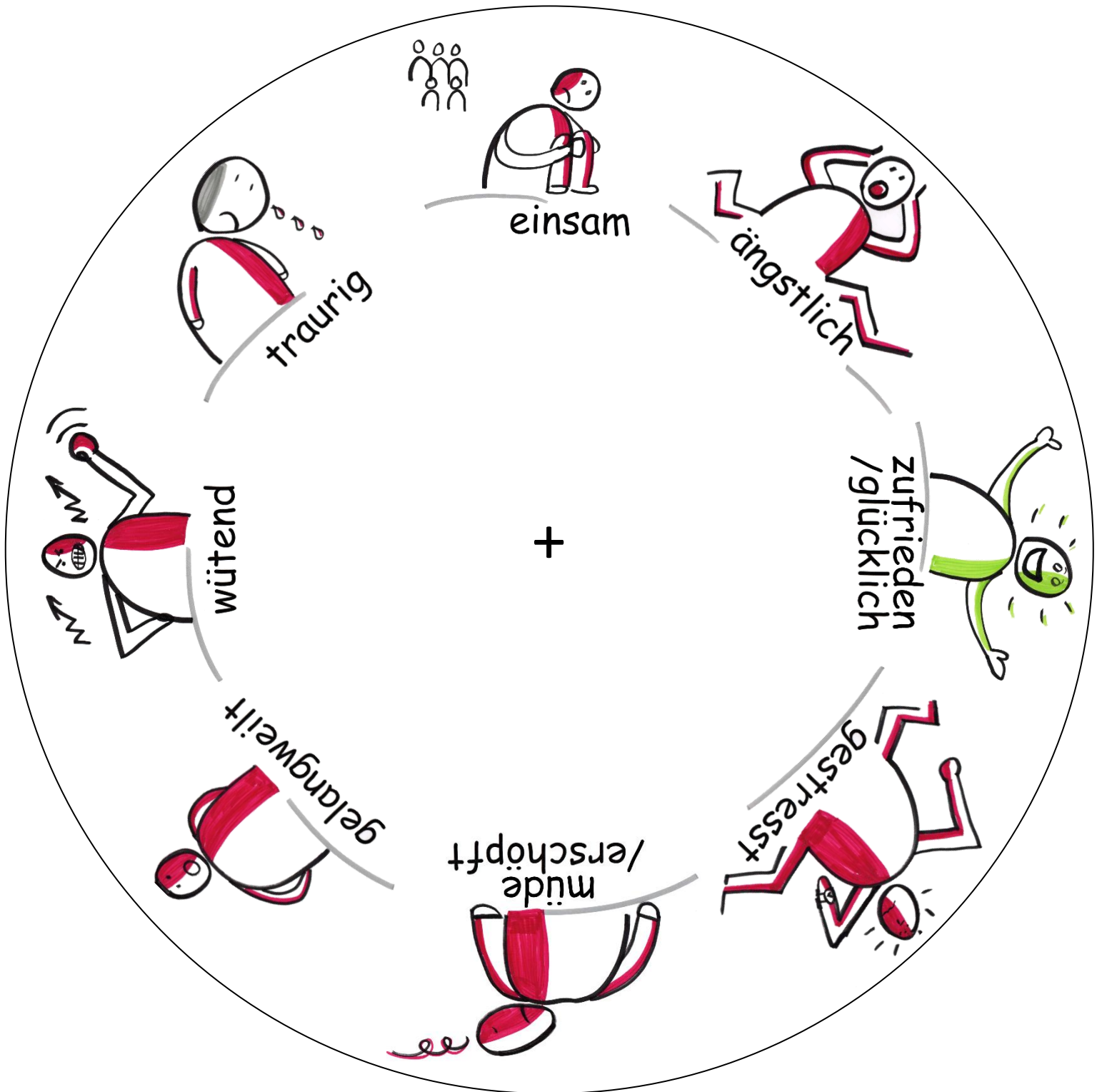


zufrieden
/glücklich



ängstlich





Was brauchst du?
+
Was brauchst du?



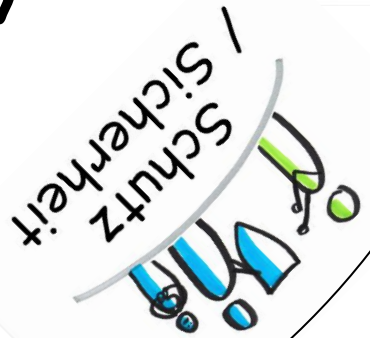
wichtig sein



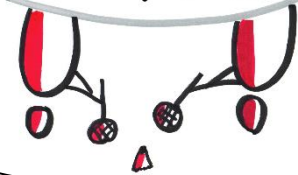
Dazugehören



Ruhe / Schlaf



Schutz / Sicherheit



Spielen / Bewegung



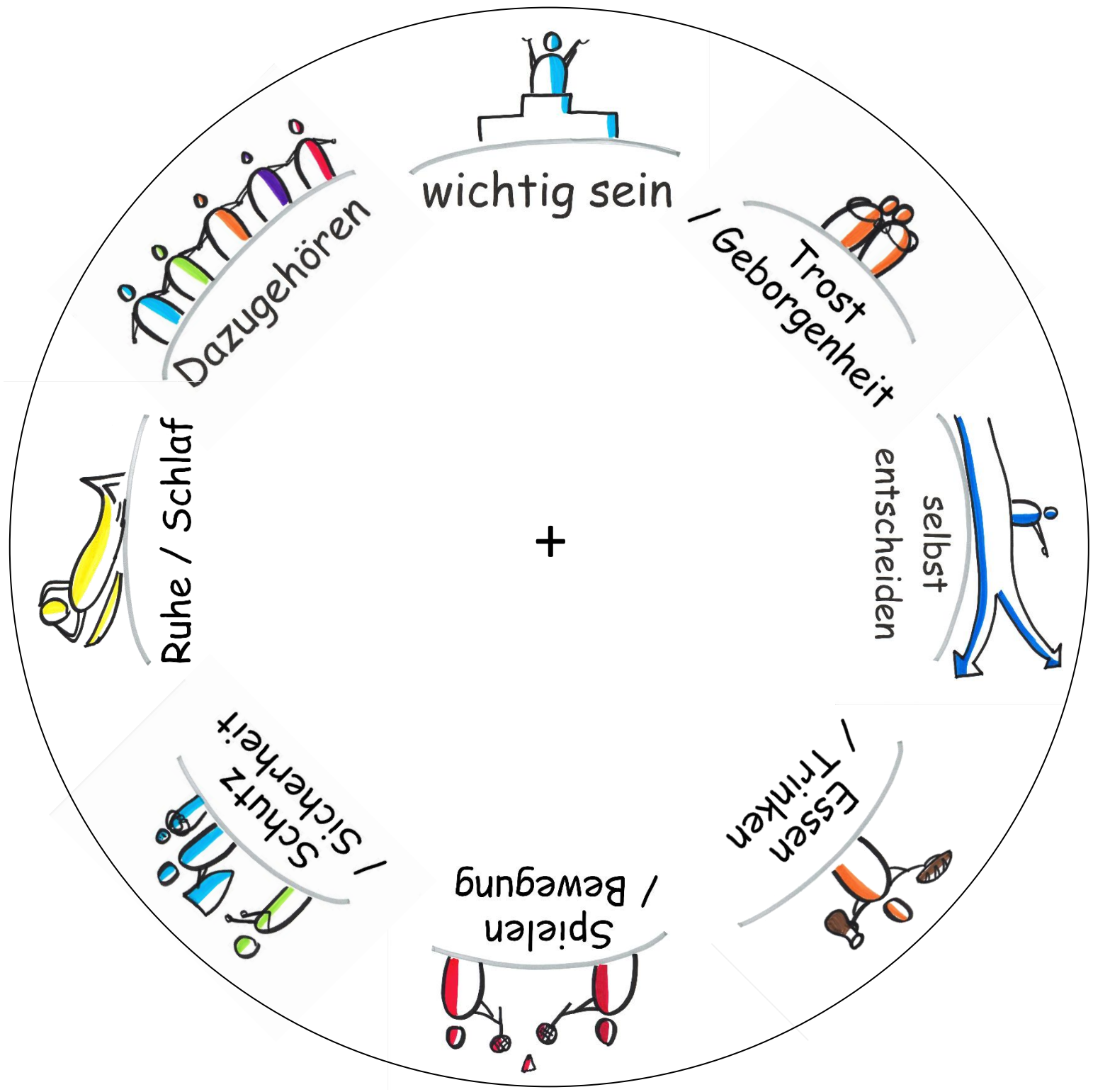
Essen / Trinken



selbst
entscheiden



Trost
Geborgenheit



Was brauchst du?
+
Was brauchst du?



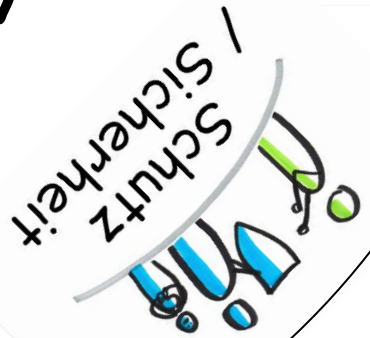
wichtig sein



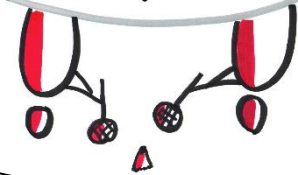
Dazugehören



Ruhe / Schlaf



Schutz / Sicherheit



Spielen / Bewegung



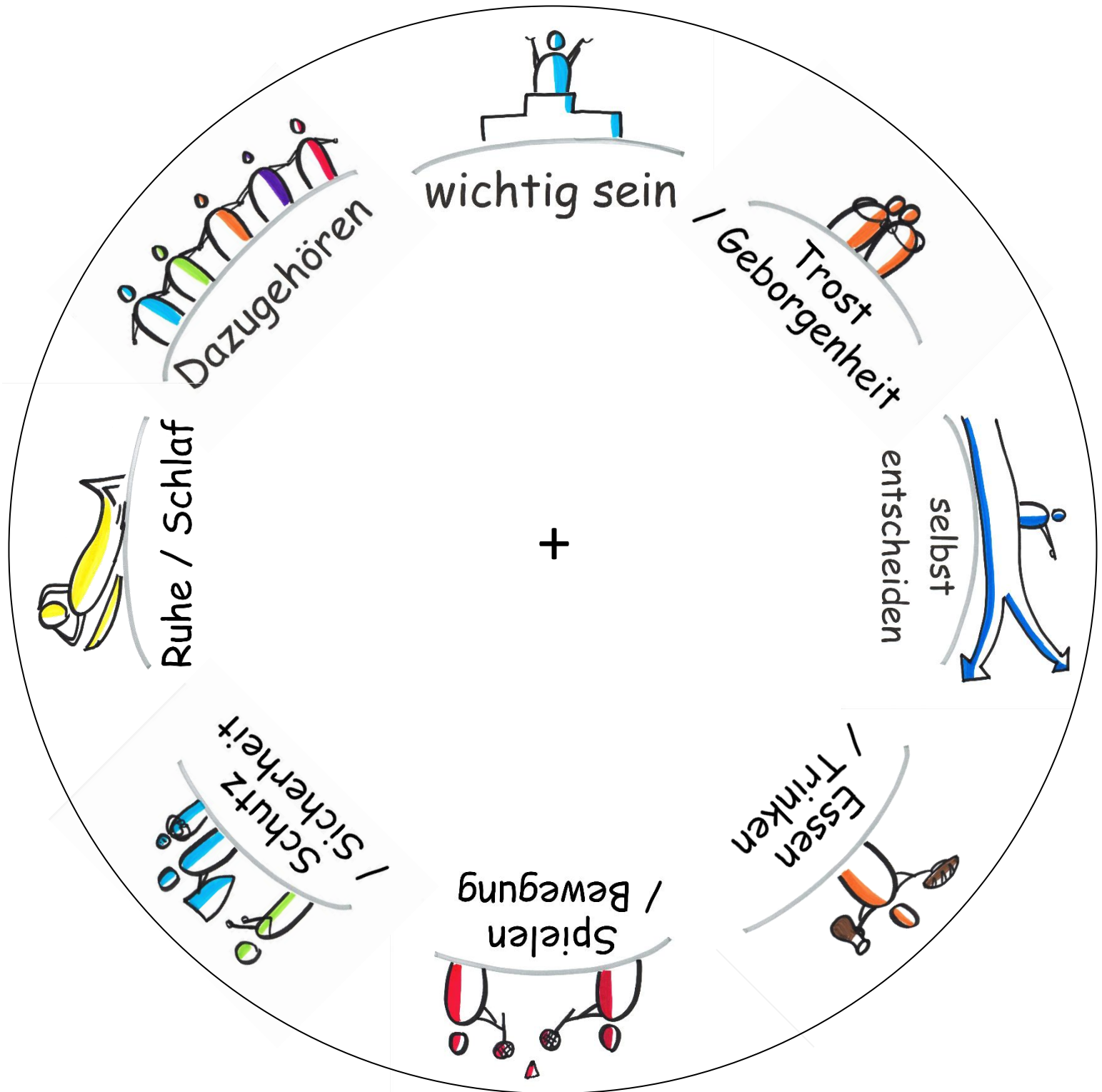
Essen / Trinken



selbst
entscheiden



Trost / Geborgenheit







Lizenz



"Vermittlung bei Streit unter Kindern" von [Markus Peloso](#) und Corina Achermann ist lizenziert unter einer [Creative Commons Namensnennung - Weitergabe unter gleichen Bedingungen 4.0 International Lizenz](#).

Diese Lizenz erlaubt die Nutzung und Weitergabe dieses Dokuments unter der Bedingung der Namensnennung.

Die Gefühls- und Bedürfnisbilder und Listen wurden aus „Gefühlskarten für Kinder“ und „Bedürfniskarten für Kinder“ von [Melanie und Jörn Lentes GbR](#) entnommen.