UMGANG MIT KONFLIKTEN – Förderblatt

Die Förderung von Konfliktfähigkeit beginnt bei **der Sensibilisierung der Wahrnehmung.** Schülerinnen und Schüler müssen dafür viele Fähigkeiten erlernen:

- absichtliche Handlungen von zufälligen unterscheiden,
- Handlungsabläufe differenziert wahrnehmen,
- eigene Gefühle und die damit verbundenen Handlungsimpulse erkennen,
- verschiedene Interessen, welche die Wahrnehmung der Beteiligten beeinflussen, erkennen.

Zur Förderung der Konfliktfähigkeit können Lehrpersonen ihre Schülerinnen und Schüler in vielen Bereichen unterstützen. Die Förderempfehlungen betreffen sowohl allgemeine personale und soziale Aspekte als auch konkrete Maßnahmen, um konstruktiv mit Konflikten umzugehen.

Förderempfehlung	Erklärung	Beispiele
Selbstwert und Selbstbehauptung stärken	Ein gesundes Selbstwertgefühl ist die Basis, um das eigene Leben aktiv zu gestalten, Konflikte zu lösen und Probleme bewältigen zu können.	• **Stärken** entdecken und fördern (siehe auch *Handouts zur Einzelkompetenz Motivation*). • **Komplimente erhalten** (siehe auch *Handouts zur Einzelkompetenz Selbstbehauptung „Komplimente-Thron“*).
Unterschiede und Gemeinsamkeiten anerkennen	Die Sensibilisierung für Aspekte, die uns unterscheiden oder verbinden, fördert eine differenzierte Wahrnehmung und die Fähigkeit, Situationen aus mehreren Blickwinkeln zu betrachten.	• Gemeinsamkeiten und Gegensätze in Partner- oder Gruppenarbeiten erarbeiten (siehe *Handouts zur Einzelkompetenz Umgang mit Vielfalt „Das haben wir gemeinsam. Das unterscheidet uns.“*), sowohl allgemein als auch in Bezug auf bestimmte Themen, wie z. B. „Was bedeutet Freundschaft für mich?“ oder „Worüber freue ich mich bzw. was nervt mich wirklich?“.
Kommunikationsregeln vereinbaren und einhalten	Klare Kommunikationsregeln unterstützen den Lösungsprozess von Konflikten.	• Sachlich bleiben, ohne zu verletzen. („Es fällt mir leichter, alles zu verstehen, wenn langsamer gesprochen wird.“) • Beim Thema bleiben. („Das ist jetzt etwas anderes.“) • Zuhören und andere ausreden lassen. („Bitte eine nach der anderen/einer nach dem anderen …“)


Handouts


Handouts

Förderempfehlung	Erklärung	Beispiele
Du- und Ich-Botschaften unterscheiden	Ein wichtiger Aspekt von Kommunikationsregeln ist die Verwendung von Ich-Botschaften. Diese können dazu beitragen, Spannungen in einem Konflikt abzubauen.	• Die Lehrperson lebt Ich-Botschaften vor und weist in Gesprächen immer wieder auf ihre Bedeutung hin. • Satzanfänge für Ich-Botschaften können zu den Kommunikationsregeln in der Klasse geklebt werden: „Ich denke, dass, …“; „Ich fühle mich …“; „Ich möchte darüber reden, was passiert ist, als wir …“ (siehe *Satzkarten „Ich-Botschaften“*). • Beim gemeinsamen Erstellen von Kommunikationsregeln kann ausprobiert werden, wie sich Ich-Botschaften im Vergleich zu Du-Botschaften anfühlen.
Konflikte verstehen	Um sich mit dem Thema Konfliktlösen auseinandersetzen zu können, muss auch geklärt werden, was ein Konflikt konkret ist und dass Konfliktsituationen nicht außergewöhnlich sind (siehe *Ärger-Mülltonnen* und *Ärger-Verschwindibuswerkzeug*).	• Konfliktsituationen können mit Handpuppen oder Tieren oder auch durch ein Legebild visualisiert werden. So kann besprochen werden, dass es bei jedem Konflikt mindestens zwei oder mehrere Sichtweisen gibt. Bücher, wie z. B. „Du hast angefangen – Nein du!“ von David McKee (2011) oder „Blöde Ziege, dumme Gans“ von Isabel Abedi (2009) können ebenfalls unterstützen. • Ein erster Schritt in der Volksschule kann sein, den Unterschied zwischen Streiten und Ärgern zu klären. Beim Streiten gibt es verschiedene Ziele oder ein Missverständnis. Jede Partei kann ihre Meinung sagen und man kann gemeinsam eine Lösung finden – wenn nicht sofort, dann wenigstens, wenn sich alle wieder beruhigt haben. Wenn man eine Person ärgert, bezweckt man, dass sie sich schlecht fühlt. Derjenige, der ärgert, will nicht immer eine Lösung finden (siehe *Reflexionskarten „Warum ich manchmal andere ärgere …“*). • Buchtipp: Wie ist das mit dem Ärgern? von Dagmar Geisler (2011)
Konflikte ansprechen	Nicht alle Konflikte können schnell gelöst werden, aber sie können benannt und ausgesprochen werden, um einen Konfliktmanagement-Prozess ins Rollen zu bringen.	• Nicht immer kann sofort auf ausbrechende oder schwelende Konflikte eingegangen werden. Auf einem „Das sollten wir noch besprechen“-Plakat können solche Themen notiert werden. So werden sie nicht ignoriert, bieten aber vor der Behandlung eine (Nachdenk-)Pause. • Ein solches Plakat kann Anlass für die Reflexion am Ende eines Tages bzw. Ende der Woche (je nach Dringlichkeit) sein.
Konflikte lösen	Bei der Lösung von Konflikten hilft es, aufeinanderfolgende Schritte wie bei einer Treppe oder einer Leiter zu beachten.	• Mit Hilfe der Übung „Die Friedenstreppe“ kann ein Konflikt angesprochen und schrittweise nach einem Konsens gesucht werden (siehe *Die Friedenstreppe*). • Die Konfliktlösungsleiter nach Fountain (1996) bietet ebenfalls eine gute schrittweise Anleitung zur Lösung von Konflikten.


Handouts


Handouts


Handouts


Handouts

Förderempfehlung	Erklärung	Beispiele
Konflikte reflektieren	Die Reflexion über die positive Wirkung von erfolgreich ausgetragenen Konflikten unterstützt die Entwicklung von Konfliktkompetenz.	• Erfolgreich ausgetragene Konflikte in der Klasse besprechen und die entwickelten Lösungswege visualisieren. Neben das „Das sollten wir noch besprechen"-Plakat kann ein „Das haben wir gelöst"-Plakat gehängt werden, auf welchem erfolgreiche Lösungswege notiert werden.
Perspektivenwechsel ermöglichen	Mit Hilfe der Side-Step-Technik kann man aus Ärger- und Wut-Situationen aussteigen. Als Technik verinnerlicht, kann sie einer Konflikteskalation entgegenwirken.	• Bemerkt eine Schülerin/ein Schüler, dass sie/er sehr wütend wird oder sich sehr bedrängt fühlt, streckt sie/er die Hand nach vorne und sagt laut (oder auch leise zu sich) „Stopp". • Gleichzeitig macht die Schülerin/der Schüler einen Schritt zur Seite. • Nun atmet sie/er einmal durch und betrachtet die Situation neu: „Was passiert gerade? Wie fühle ich mich? Wie fühlt sich mein Gegenüber? Möchte ich etwas sagen?" • Die beiden Konfliktparteien können nun versuchen ein Gespräch zu beginnen oder sich fürs Erste auch einmal aus dem Weg gehen. • Siehe dazu Übung „Einen Schritt zur Seite machen" (Hepi, n.d., S. 19)

Eine große Herausforderung besteht darin, die einzelnen Kompetenzen und Fähigkeiten in konkreten Konfliktsituationen anzuwenden. Zwei Möglichkeiten, Konfliktkompetenz in der Anwendung zu trainieren, sind

- die **Gewaltfreie Kommunikation** nach Marshall Rosenberg (2015) sowie
- **Peer-Mediation.**

Beide Methoden benötigen viel und kontinuierliche Übung und im Fall von Peer-Mediation entsprechend ausgebildete Lehrpersonen. Für nähere Informationen sei auf die Unterlagen im Literaturverzeichnis verwiesen.

Basisliteratur

Abedi, I. & Neuendorfer, S. (2009). *Blöde Ziege – Dumme Gans. Alle Bilderbuchgeschichten zum Thema Streiten.* arsEdition.

Ammermann, E. & Leins, A. (2005). *Schüler werden Streitschlichter. Ein praxisorientierter Lehrgang für die Sekundarstufe 1.* Care-Line.

Becker, G. (2006). *Lehrer lösen Konflikte. Handlungshilfen für den Schulalltag.* Beltz.

Berkel, K. (2008). *Konflikttraining: Konflikte verstehen, analysieren, bewältigen.* Verlag Recht und Wirtschaft.

Birker, G. & Birker, K. (2007). *Teamentwicklung und Konfliktmanagement. Effizienzsteigerung durch Kooperation.* Cornelsen.

Glasl, F. (2004). *Konfliktmanagement. Ein Handbuch für Führungskräfte, Beraterinnen und Berater.* Hauptverlag.

Hepi National Center of Competence für Psychosoziale Gesundheitsförderung (Hrsg.). (n. d.). *ePOP-Materialien. Konflikte.* Abgerufen am 2. Dezember, 2025, von https://www.schulische-gewaltpraevention.de/index.php/handbuecher-gewalt-praevention/handbuch-grundschule/literatur

Imbusch, P. & Zoll, R. (Hrsg.). (2010). *Friedens- und Konfliktforschung. Eine Einführung.* VS Verlag für Sozialwissenschaften.

McKee, D. (2011). *Du hast angefangen – Nein du!* Fischer Sauerländer.

Renelt, S. (2012). *Konfliktmanagement in der Schule – Entwicklung, Durchführung und Evaluation eines Trainings für jugendliche Schüler* (Diplomarbeit). Universität Hamburg.

Renelt, S. (n. d.). *Konfliktmanagement in der Schule. Ein Trainingsprogramm für jugendliche Schüler.* Abgerufen am 2. Dezember, 2025, von http://alumni-psychologie.de/medien/verlag/trainingsmanual%20konfliktmanagement%20in%20der%20schule.pdf

Rosenberg, M. B. (2015). *Das können wir klären! Wie man Konflikte friedlich und wirksam lösen kann.* Junfermann.

Watzlawick, P., Beavin, J. & Jackson, D. (2017). *Menschliche Kommunikation. Formen, Störungen, Paradoxien.* Hogrefe.

Wir stärken dich e. V. (Hrsg.). *Trilogie Handbuch Gewaltprävention in der Grundschule.* Abgerufen am 2. Dezember, 2025, von https://schulische-gewaltpraevention.de/index.php/handbuch-grundschule

Zwenger-Balink, B. (2004). *Komm, wir finden eine Lösung! Training zur Gewaltprävention mit Grundschulkindern.* Ernst Reinhart.

Empfehlung

Konfliktlösungsleiter nach Susan Fountain

- https://www.schulische-gewaltpraevention.de/index.php/handbuecher-gewaltpraevention/vorschule/lernfelder/konfliktloesung/128-konfliktfaehigkeit-foerdern

Angebote und aufbereitete Materialien zu Gewaltfreier Kommunikation

- Trilogie Handbuch Gewaltprävention, https://www.schulische-gewaltpraevention.de/index.php/handbuecher-gewalt-praevention/handbuch-grundschule
- Gewaltfreie Kommunikation in der Schule, https://www.meinunterricht.de/blog/gewaltfreie-kommunikation
- Akademie Achtsame Kommunikation, https://www.akademieachtsamekommunikation.de/schulen/

Informationen und Materialien zum Aufbau von Peer-Mediation an der Schule

- Leitfaden Peer-Mediation in Schulen, https://www.oezeps.at/wp-content/uploads/2012/10/Leitfaden-f%C3%BCr-Peer-Mediation-in-Schulen-bmukk.pdf
- VISIONARY – Internationales Portal zu Gewaltprävention in der Schule, https://www.gewalt-in-der-schule.info
- Give Servicestelle für Gesundheitsförderung an Österreichs Schulen, www.give.or.at/material/peer-mediation-in-schulen

PÄDAGOGISCHE HOCHSCHULE SALZBURG Stefan Zweig

ÖZBF Österreichisches Zentrum für Begabtenförderung und Begabungsforschung

IfBQ Institut für Bildungsmonitoring und Qualitätsentwicklung

Impressum

Autorinnen:
Mag.ª Silvia Theiss MSc, Mag.ª Barbara Gürtler, MMag.ª Dr.in Claudia Resch BA, Mag.ª Anja Schulz
Österreichisches Zentrum für Begabtenförderung und Begabungsforschung (ÖZBF) an der Pädagogischen Hochschule Salzburg Stefan Zweig

Mit freundlicher Unterstützung der Bundeslandkoordinatorinnen für iKM^{PLUS}:
Heidrun Ziegler BEd. und Mag.ª Elisabeth Fuchs

Comics: Mag.ª Anna Klaffinger BA

Alle nicht mit einer anderen Quellenangabe gekennzeichneten Bilder: Mag.ª Anna Klaffinger BA
Alle nicht mit einer anderen Quellenangabe gekennzeichneten Übungen: Team des ÖZBF

Fragebogen-Items (2020): Institut für Bildungsmonitoring und Qualitätsentwicklung (IfBQ), Hamburg