

Konfliktkompetenz im Spiel trainieren

Im Rahmen eines Projektangebots habe ich ein Plan- und Aktionsspiel zum Thema: Konfliktpotenzial und Konfliktkompetenz mit dem Titel: **Mein Problem – Dein Problem – Unsere Lösung** entwickelt und mit einer Schulklasse gespielt.

Die Schüler*innen waren zwischen 14 und 16 Jahren alt. Gespielt wurde etwa drei Stunden lang und es folgte direkt im Anschluss eine Auswertung der Spielinhalte und der Erfahrungen, die im Spiel gemacht wurden.

Die Reflexion bezog sich auf die einzelnen Spiele und auf die Umsetzung der Spielerfahrungen in die reale Lebenswelt der Schüler*innen. Um diese Fragen ging es: Was ist ein Konflikt? Wie löse ich einen Konflikt? Was ist Gewalt? Welche Kompetenzen benötige ich, um einen Konflikt deeskalierend zu lösen?

Es würde hier zu weit führen, die gesamte Spielaktion ausführlich zu beschreiben. Ich möchte aus dem Gesamtkonzept einige Spiele vorstellen, die Sie vor Ort mit ihren Zielgruppen spielen können. Die Spiele eignen sich, so wie es auch in der mehrstündigen Spielaktion ist, als Einstieg ins Thema „Konfliktkompetenz“.

Konfliktpotenzial und Konfliktkompetenz

Konflikte sind ein unvermeidlicher Bestandteil des menschlichen Zusammenlebens und treten in verschiedenen Lebensbereichen auf. Ob im schulischen oder beruflichen Umfeld, in zwischenmenschlichen Beziehungen oder innerhalb von Organisationen – überall dort, wo Menschen miteinander interagieren, besteht das Potenzial für Konflikte. Entscheidend für den Umgang mit diesen Konflikten ist die Fähigkeit, Konflikte konstruktiv und lösungsorientiert zu bewältigen. Eine hohe Konfliktkompetenz kann dazu beitragen, Spannungen abzubauen, gegenseitiges Verständnis zu fördern und nachhaltige Lösungen zu finden. Es ist sowohl wichtig, die Ursachen von Konflikten zu erkennen als auch effektive Strategien zur Konfliktlösung zu entwickeln und anzuwenden.

Das Ziel der Spielaktion

Die Mitspielenden setzen sich mit ihrem Konfliktpotential und ihrer Konfliktkompetenz spielerisch auseinander. Im Verlauf des Spiels geht es darum, die eigene Konfliktkompetenz zu stärken und das eigene Konfliktpotential in den fiktiven Spielsequenzen im Auge zu behalten.

Einstiegsspiele

Hier werden drei zielgerichtete Einstiegsspiele beschrieben. Zur Durchführung der gesamten Spielaktion kann ich gerne kontaktiert werden (Kontaktaten unten).

Spiel: Schlag mich!

Zwei Mitspielende stehen sich gegenüber.

Jede Person führt in Bauchhöhe ihre Handinnenflächen zusammen.

Gegenseitig versuchen Sie nun, die Handaußenfläche des Gegners/der Gegnerin abzuschlagen. Ein Schlag findet im Wechsel statt. Die Spielleitung gibt mit einem Ton den Schlag für beide frei.

Um nicht getroffen zu werden, ziehen die Spielgegner*innen auch ihre Hände zur Seite.

Ziel: 3 Treffer führen zum Gewinn der Spielrunde.

Abschlussfrage: War das Gewalt?

Aufgabe: Jede Person schreibt ein Verb auf, das Gewalt ihrer Meinung nach ausdrückt (beißen, treten, mobben.....). Die Aussagen können zur Auswertung genutzt werden. Sie werden dann mit der gesamten Gruppe eingeteilt in seelische und körperliche Gewalt.

Spiel: Freundlichkeit mit ABC.....

Zwei Personen spielen gegeneinander. Sie sitzen an einem Tisch.

In der Mitte liegt verdeckt und gemischt ein Kartenstapel: Jeder Buchstabe des Alphabets auf einem einzelnen Kärtchen.

Die Person, deren Anfangsbuchstabe des Vornamens im Alphabet vor dem anderen liegt, beginnt und dreht ein Kärtchen um. Die Person muss nun ein freundliches (positives) Wort nennen, das mit diesem Buchstaben beginnt.

Beispiel: Es steht der Buchstabe D auf dem Kärtchen – Antwort könnte sein „Danke“.

Der Buchstabe darf behalten werden. Nun wird im Wechsel weitergespielt. Ziel ist es möglichst viele Buchstaben zu bekommen.

Fällt einer Person nach 10 Sekunden kein Wort (mehr) ein, ist das Spiel beendet und der Sieger/die Siegerin wird ermittelt.

Wer den Buchstaben X oder Y zieht, darf einmal aussetzen.

Beispiele für Auswertungsfragen:

Wie gehen wir bei einem Konflikt miteinander um?

Was heißt es Mitmenschen wertschätzend zu begegnen?

Gibt es Worte, die mich bei einem Streit besonders verletzen?

Spiel: Papier-Fight

Mitspielende: 2 -4 Personen

Spielziel: 3 x den „Fight“ gewinnen

Spieldauer: 3 Minuten

Die Mitspielenden stehen sich gegenüber und jede Person legt sich ein DIN A4 Blatt auf die Handfläche. Ziel ist es nun, der anderen Person das Blatt aus der Hand zu schlagen, sodass es auf den Boden fällt. Die Kontrahenten dürfen sich dazu auch in eine vorher gekennzeichnete „Kampfarena“ stellen. Es wird in 3 Gewinnsätzen gespielt.

Anschließend können die beiden Kontrahenten eine neue Regel für das Spiel aufstellen.

Zwei weitere Personen gehen in die Arena, spielen erneut und können eine weitere Regel für das Spiel bestimmen. Es sollten nicht mehr als 5 Regeln aufgestellt werden. Wer sich als Kontrahent nicht an eine aufgestellte Regel hält, bekommt einen Punkt abgezogen.

Auswertung:

Nach welchen Kriterien haben wir eine Regel aufgestellt?

Haben wir uns alle an die Regeln gehalten?

Waren 5 Regeln zu viel?

Gibt es gute Regeln im Miteinander, die ich beachte?

Wie finde ich in einem Streit einen Kompromiss?



