

Leitfaden: Konfliktlösungsstrategien

Ein vertrauensvolles Verhältnis zwischen Eltern und Patinnen und Paten ist entscheidend für das Wohl des Kindes. Konflikte sind üblich und können auf konstruktive Weise gelöst werden. Dieser Leitfaden soll euch präventiv oder in einem akuten Konfliktfall eine Hilfestellung bieten.

1. **Offene Kommunikation:** Nutzt **Ich-Botschaften**, um DEINE Gefühle und Bedürfnisse auszudrücken, ohne den anderen anzugreifen. Beispiel: „ICH fühle mich unsicher, wenn...“
2. **Aktives Zuhören:** Praktiziert das **aktive Zuhören**, indem ihr das Gehörte zusammenfasst und Rückfragen stellt. So können Missverständnisse vermieden werden. Beispiel: „Wenn ich dich richtig verstanden habe, sagst du...“
3. **Respekt zeigen:** Verwendet das **GFK (Gewaltfreie Kommunikation)** Modell von Marshall Rosenberg. Formuliert eure Anliegen in folgenden vier Schritten:

4 Schritte der Gewaltfreien Kommunikation

nach Marshall Rosenberg

01

Beobachtung in der Situation

“Mir ist aufgefallen, dass...”

02

Emotion erkennen und äußern

“Ich fühle mich ..., weil...”

03

Bedürfnis erkennen und äußern

“Mir ist wichtig, dass...”

04

Bitte formulieren

“Wärest du bereit...“

e-vita Kids Schulung

e-vita Kids

E-mail: info@e-vita-kids.de | www.e-vita-kids.de

4. **Regelmäßige Treffen:** Plant regelmäßige Gesprächszeiten ein um sicherzustellen, dass es einen definierten Raum für alle relevanten Themen und gegebenenfalls Konflikte gibt. Achtet dabei auf eine ruhige Umgebung, einen klaren Zeitplan und definiert gemeinsame „Gesprächsregeln“ (Wir reden respektvoll miteinander, wir lassen uns ausreden etc.)
5. **Schnelle Klärung:** Meistens ist es gut, bei einem emotionalen Konflikt zunächst durchzuatmen und eine Nacht drüber zu schlafen – das schafft Abstand. Versucht allerdings Konflikte möglichst zeitnah zu klären.
6. **Rollen klären:** Haltet euch in den Gesprächen das Beziehungsdreieck vor Augen. Es ist wichtig, dass möglichst alle Bedürfnisse, Erwartungen und Ressourcen gesehen und berücksichtigt werden. Bezieht das Kind altersgerecht in die Klärung hinein, wenn es vom Konflikt betroffen ist.

