Wie schlichtet man einen Streit?

Streit gehört dazu

Wo Menschen zusammen sind, gibt es auch mal Streit. Wichtig ist, wie ihr ihn löst: ohne Hauen und ohne Beschimpfen. Erst sagt ihr Stopp, dann erzählt jeder, und der andere hört zu. Zum Schluss sucht ihr zusammen eine Lösung, mit der beide einverstanden sind.

So schlichtet ihr einen Streit



1. Stopp sagen

Ich …

2. Ich-Botschaft



3. zuhören



4. Ideen besprechen



5. sich einigen

Die Ich-Botschaft

1. **Sag, wie du dich fühlst: Ich bin wütend …**
2. **Sag, warum: … weil du mich geschubst hast.**
3. **Sag, was du dir wünschst: Ich möchte, dass du aufhörst.**

Ich-Botschaft statt „Du bist doof!“

Du oder Ich?

DU-BOTSCHAFT	ICH-BOTSCHAFT
Du bist gemein!	Ich bin traurig, weil ich nicht mitspielen darf.
Du nimmst immer alles!	Ich bin wütend, weil mein Stift weg ist.

Typische Falle

- Beim Schlichten sucht ihr keinen Schuldigen, sondern eine Lösung.
- Zurückschimpfen oder Hauen macht den Streit nur größer.
- Wird jemand verletzt oder hört der Streit nicht auf, holst du einen Erwachsenen.

FÜR ELTERN

Üben Sie die Ich-Botschaft: „Ich bin wütend, weil …“ statt „Du bist gemein“. Mischen Sie sich bei Kinderstreit erst ein, wenn jemand verletzt wird oder die Kinder allein nicht weiterkommen – und helfen Sie dann beim Reden, statt gleich zu entscheiden.

Wie schlichtet man einen Streit?

Name: _____ Datum: _____

1 **Ergänze die Schritte beim Streitschlichten.**

Zuerst sagen beide: [ ]!

Ich sage, wie ich mich [ ].

Einer erzählt, der andere hört [ ].

Zum Schluss sucht ihr zusammen eine [ ].

2 **Ich-Botschaft oder Du-Botschaft? Schreib „Ich“ oder „Du“.**

„Du bist so gemein!“ – [ ]-Botschaft

„Ich bin traurig, weil du mich ausgelacht hast.“ – [ ]-Botschaft

„Ich finde, du bist ein Blödmann!“ – [ ]-Botschaft

„Ich bin wütend, weil mein Turm kaputt ist.“ – [ ]-Botschaft

„Immer machst du alles kaputt!“ – [ ]-Botschaft

Wie schlichtet man einen Streit?

3 Was passiert zuerst? Nummeriere die Schritte.

Streit um die Schaukel

- [ ] Ali hört zu und erzählt dann, was er denkt.
- [ ] Beide sagen: Stopp!
- [ ] Sie einigen sich: Jeder schaukelt fünf Minuten.
- [ ] Mia sagt: Ich bin sauer, weil ich dran war.

So geht es immer

- [ ] Eine Lösung aussuchen, die beide gut finden
- [ ] Jeder erzählt, der andere hört zu
- [ ] Stopp sagen und durchatmen
- [ ] Zusammen Ideen sammeln

Wie schlichtet man einen Streit?

4 Kreuze die richtige Antwort an.

Paul sagt: Wenn mich jemand ärgert, schimpfe ich zurück. Dann ist Ruhe. Was stimmt?

- ☐ Paul hat recht, Zurückschimpfen beendet den Streit.
- ☐ Zurückschimpfen macht den Streit meist größer – besser Stopp sagen.
- ☐ Am besten sagt man nichts und bleibt für immer sauer.

Warum hilft eine Ich-Botschaft beim Streit?

- ☐ Der andere erfährt, wie es mir geht, ohne beschimpft zu werden.
- ☐ Mit der Ich-Botschaft bekomme ich immer recht.
- ☐ Der andere muss dann still sein.

Jonas und Ela streiten um den roten Stift. Welche Lösung ist fair?

- ☐ Jonas nimmt ihn, weil er stärker ist.
- ☐ Ela wirft den Stift weg, dann hat ihn keiner.
- ☐ Sie wechseln sich ab: Jeder malt zehn Minuten.

Zwei Kinder hauen sich auf dem Schulhof. Was tust du?

- ☐ Ich schaue zu, das geht mich nichts an.
- ☐ Ich hole schnell die Aufsicht oder eine Lehrkraft.
- ☐ Ich haue mit, dann ist es schneller vorbei.

5 Stimmt das? Kreuze an.

	STIMMT	STIMMT NICHT
Beim Streitschlichten haut keiner.	☐	☐
Wer lauter schreit, hat recht.	☐	☐
Wird jemand verletzt, hole ich einen Erwachsenen.	☐	☐
Beim Zuhören rede ich dazwischen.	☐	☐
Eine gute Lösung finden beide in Ordnung.	☐	☐
Nach einem Streit kann man nie wieder Freunde sein.	☐	☐

Wie schlichtet man einen Streit?

FÜR ELTERN

Sprechen Sie bei Fehlern kurz über einen echten Streit aus dem Alltag: Was wurde gesagt, was hätte geholfen? Bei der Reihenfolge der Schaukel-Geschichte zählt vor allem: Stopp zuerst, Lösung zuletzt.

1 **Ergänze die Schritte beim Streitschlichten.**

Zuerst sagen beide: Stopp!

Ich sage, wie ich mich fühle.

Einer erzählt, der andere hört zu.

Zum Schluss sucht ihr zusammen eine Lösung.

2 **Ich-Botschaft oder Du-Botschaft? Schreib „Ich“ oder „Du“.**

„Du bist so gemein!“ – Du-Botschaft

„Ich bin traurig, weil du mich ausgelacht hast.“ – Ich-Botschaft

„Ich finde, du bist ein Blödmann!“ – Du-Botschaft

„Ich bin wütend, weil mein Turm kaputt ist.“ – Ich-Botschaft

„Immer machst du alles kaputt!“ – Du-Botschaft

Wie schlichtet man einen Streit?

3 Was passiert zuerst? Nummeriere die Schritte.

Streit um die Schaukel

3 Ali hört zu und erzählt dann, was er denkt.

1 Beide sagen: Stopp!

4 Sie einigen sich: Jeder schaukelt fünf Minuten.

2 Mia sagt: Ich bin sauer, weil ich dran war.

So geht es immer

4 Eine Lösung aussuchen, die beide gut finden

2 Jeder erzählt, der andere hört zu

1 Stopp sagen und durchatmen

3 Zusammen Ideen sammeln

Wie schlichtet man einen Streit?

4 Kreuze die richtige Antwort an.

Paul sagt: Wenn mich jemand ärgert, schimpfe ich zurück. Dann ist Ruhe. Was stimmt?

- [x] **Zurückschimpfen macht den Streit meist größer – besser Stopp sagen.**

Wer beschimpft wird, wird noch wütender.

Warum hilft eine Ich-Botschaft beim Streit?

- [x] **Der andere erfährt, wie es mir geht, ohne beschimpft zu werden.**

Wer nicht beschimpft wird, kann besser zuhören.

Jonas und Ela streiten um den roten Stift. Welche Lösung ist fair?

- [x] **Sie wechseln sich ab: Jeder malt zehn Minuten.**

Bei einer fairen Lösung sind beide einverstanden.

Zwei Kinder hauen sich auf dem Schulhof. Was tust du?

- [x] **Ich hole schnell die Aufsicht oder eine Lehrkraft.**

Wenn jemand verletzt werden kann, holst du einen Erwachsenen.

5 Stimmt das? Kreuze an.

	STIMMT	STIMMT NICHT
Beim Streitschlichten haut keiner.	[x]	[ ]
Wer lauter schreit, hat recht.	[ ]	[x]
Wird jemand verletzt, hole ich einen Erwachsenen.	[x]	[ ]
Beim Zuhören rede ich dazwischen.	[ ]	[x]
Eine gute Lösung finden beide in Ordnung.	[x]	[ ]
Nach einem Streit kann man nie wieder Freunde sein.	[ ]	[x]