

# INFO: Mit Konflikten umgehen

AES 9

Die unterschiedlichen **Konfliktlösestrategien** lassen sich in 4 Bereiche einteilen:



## Kampf

Ein Kampf findet körperlich statt. Der Gegner wird vernichtet oder gezwungen, sich zu unterwerfen. Der Sieger fühlt sich gut. Der Verlierer kann sich gedemütigt oder ohnmächtig fühlen. Der Konflikt ist in seiner Ursache nicht gelöst.



## Flucht

Einer oder sogar beide verlassen das Geschehen, ohne dass eine Lösung gefunden wurde. Beide Konfliktparteien haben ihre Lösung nicht durchgesetzt. Sie können aggressiv, traurig oder unzufrieden sein. Auch hier ist der Konflikt in seiner Ursache nicht gelöst.



## Gesetze /Regeln

...bilden hier die Grundlage. Der Konflikt wird durch einen unabhängigen Dritten gelöst. Das kann zum Beispiel ein Richter in einem Gericht sein. Die Streitenden müssen sich an die festgelegten Regeln halten. Es kann hier Verlierer und Sieger geben. Die eigentliche Ursache kann aber weiterhin ein Problem darstellen.



## Aushandeln

Aushandeln findet durch Gespräche statt. Gemeinsam wird eine Lösung gefunden. Ein unabhängiger Dritter kann helfen, eine Einigung zu finden (z.B. Streitschlichter). Die Konfliktgegner können gemeinsam eine Entscheidung fällen oder sich auf einen Kompromiss einigen.

1. **Standpunkte** klären - Interessen benennen - nicht unterbrechen
2. **Nachfragen** - Sichtweise des anderen verstehen
3. **Lösungsangebote** machen
4. **Sich einigen** - gemeinsame Lösung formulieren