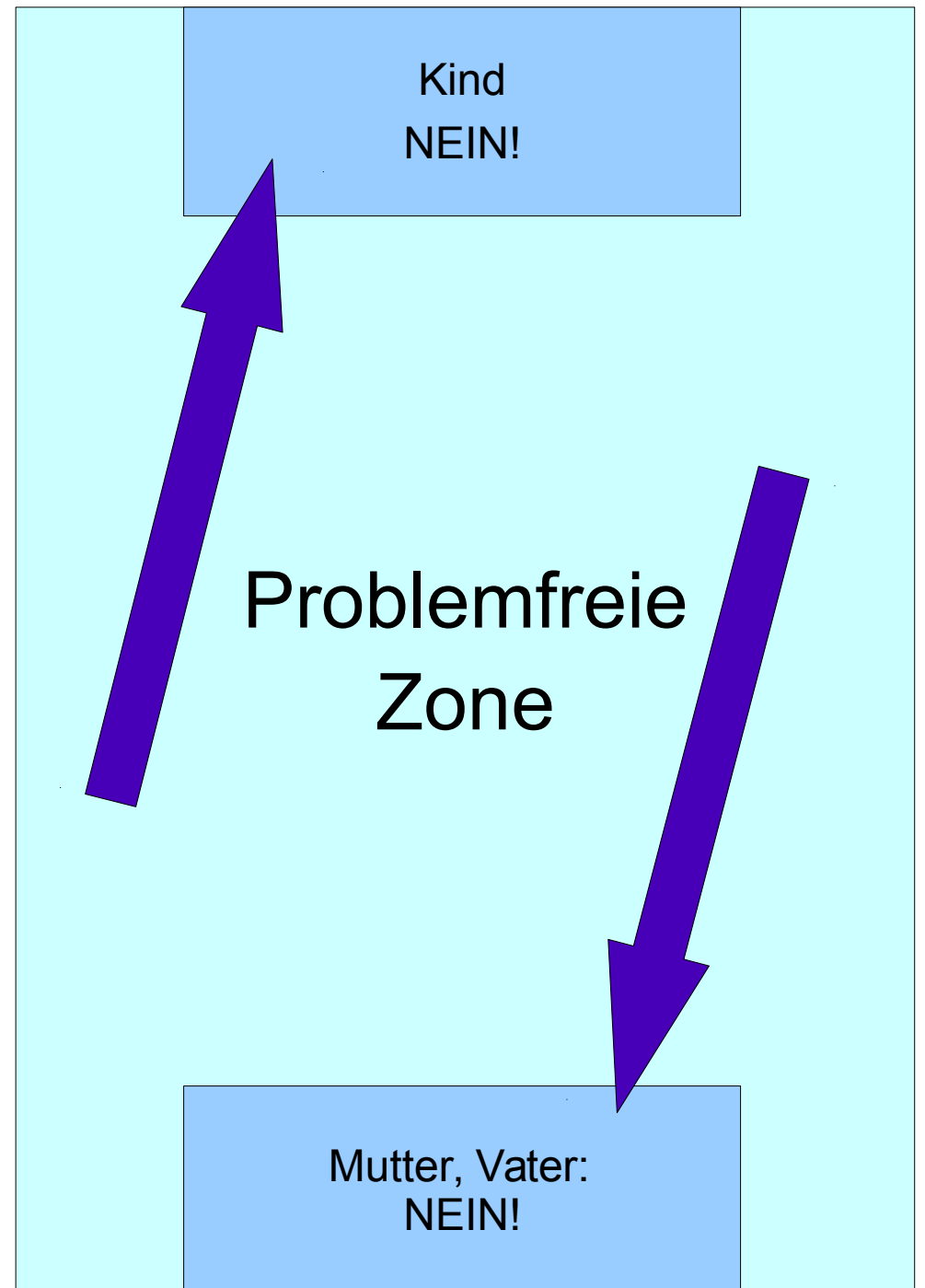


Konfliktfeld

Befinden sich zwei Personen in der problemfreien Zone, können sie entspannt und angstfrei miteinander umgehen.

Tut eine Person etwas, was die andere nicht hinnehmen kann, macht sie dieser Person ein Problem.

Es entsteht ein Konflikt.



Wer hat das Problem?

Manchmal **macht** das Kind ein Problem, und Mutter oder Vater **bekommt** ein Problem.

Vielleicht **hat** auch das Kind eins, aber es geht um diese spezielle Situation, diesen Augenblick.

Wenn die Mutter, der Vater das Kind ärgerlich abkanzelt, hat das Kind ein Problem.

Wenn das Kind sich gekränkt fühlt und das unangemessene Verhalten fortsetzt, hat die Mutter, der Vater weiterhin das Problem.

Kind:
hat oder macht ein Problem

Problemfreie
Zone

Mutter, Vater:
hat oder macht ein Problem

Das Mädchen, der Junge hat Sorgen, die Eltern hören zu.

Wenn das Mädchen oder der Junge
Sorgen hat, haben die Eltern den Kopf
frei, zuzuhören und die Äußerungen
des Kindes in eigenen Worten
wiedergeben:

Einführendes Verstehen.

Das ist am wirkungsvollsten, wenn es
dem Elternteil gelingt, das
augenblickliche Gefühl, das Erleben,
treffend zu benennen.

Kind:
hat ein Problem.

**Problemfreie
Zone**

Mutter, Vater:
Hört zu, formuliert
in eigenen Worten.
Einführendes Verstehen.

Die Mutter oder der Vater sagt, wie ihr oder ihm zumute ist.

Wenn man den anderen nicht angreift, sondern ihm die Wirkung seines Verhaltens auf das eigene Befinden mitteilt, kommt dies unverfälscht bei dem anderen an.

das Kind, der Schüler braucht sich nicht zu verteidigen , sondern kann zuhören.

In der Psychotherapie nennt man das „Selbst-Offenbarung“.

Selbst-Offenbarungen beginnen meistens mit „Ich“. Deshalb nennt man sie auch „Ich-Botschaften“.

Das ist enorm wirksam und tut beiden Seiten gut.

Kind:
tut etwas, das dem Elternteil Probleme macht.

**Problemfreie
Zone**

Mutter, Vater:
sagt was sie oder er empfindet.
Selbst-Offenbarung

Allgemeines Konfliktmodell

Thomas Gordon: Lehrer-Schüler-Konferenz (1977,1989):
Hoffmann und Campe, Hamburg

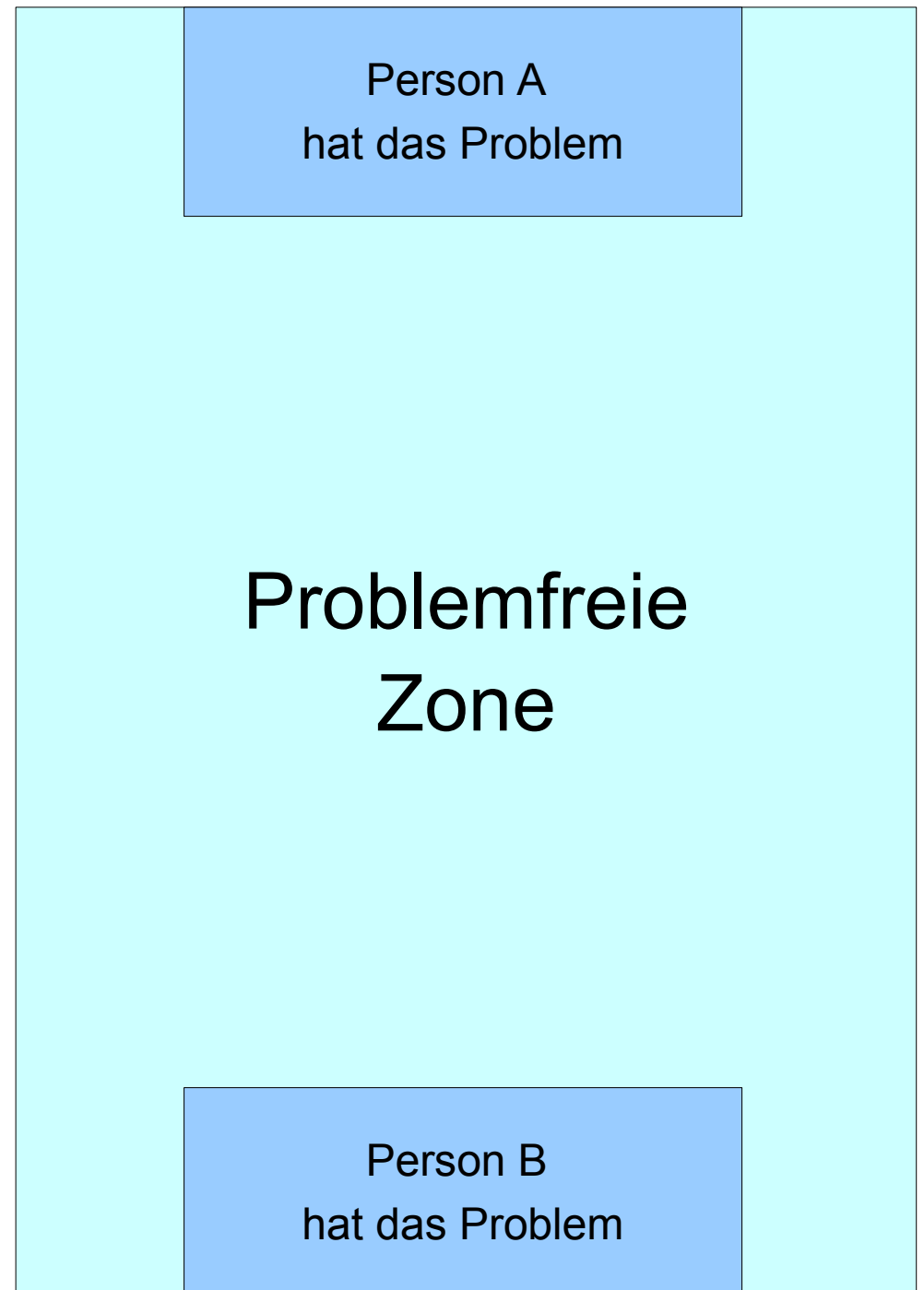
Ersetzen wie Eltern und Kind durch zwei
Personen A und B, haben wir ein
allgemeines Konflikt- und Lösungs-Modell.

Hat Person A ein Problem, gibt Person B
ihre Äußerungen in eigenen Worten wieder
und arbeitet das innere Erleben dieser
Person heraus („Du bist jetzt traurig,
verärgert, du langweilst dich, du hast Angst,
du fühlst dich gehetzt, du weißt nicht, wo dir
der Kopf steht“ usw.).

Einführendes Verstehen.

Macht Person A ein Problem, reagiert
Person B, indem sie sagt, wie sie sich fühlt,
was das Verhalten von A bei ihr bewirkt.

Selbst-Offenbarung.



Person A
hat das Problem

Damit ist die Basis gelegt für eine partnerschaftliche Problemlösung:

Problemfreie
Zone

1. Beide Seiten äußern sich und hören einander zu.
2. Beide Seiten machen Vorschläge, wie das Problem gelöst werden kann.
3. Die Vorschläge werden **erst gesammelt und danach bewertet**.
4. Der beste Vorschlag wird ausgestaltet und erprobt.
5. Nach einer festgelegten Zeit wird überprüft, was die Problemlösungs-Strategie bewirkt hat.

Ziel: beide Seiten gelangen
in die problemfreie Zone.

Person B
hat das Problem