No. 2

# Weltengestalter*in

mitreden.mitmachen.mitgestalten.

PSG DV WUE

Newsletter

## Thema: Regeln, Gerechtigkeit & Konflikte

# Input für Leiter*innen

Demokratie bedeutet nicht nur mitbestimmen zu dürfen. Sie bedeutet auch, Verantwortung zu übernehmen, fair miteinander umzugehen und Konflikte zu lösen, dass sich alle ernst genommen fühlen. Gerade in Gruppenstunden, auf Aktionen oder im Zeltlager erleben Kinder und Jugendliche ganz konkret, was Demokratie bedeutet - nämlich dort, wo Regeln gelten, Entscheidungen getroffen werden und manchmal auch Streit entsteht.

### Regeln

Regeln sind deshalb nichts, was Spaß verhindert oder Gruppenstunden strenger macht. Sie helfen dabei, dass sich alle in der Gruppe wohlfühlen können und dass niemand ausgeschlossen oder unfair behandelt wird. Besonders bei jüngeren Kindern sind klare Regeln wichtig, weil sie Sicherheit geben und Orientierung schaffen. Gleichzeitig lernen Kinder durch gemeinsam aufgestellte Regeln, dass ihre Meinung zählt und dass sie Verantwortung für die Gruppe übernehmen können.

### Konflikte gehören dazu

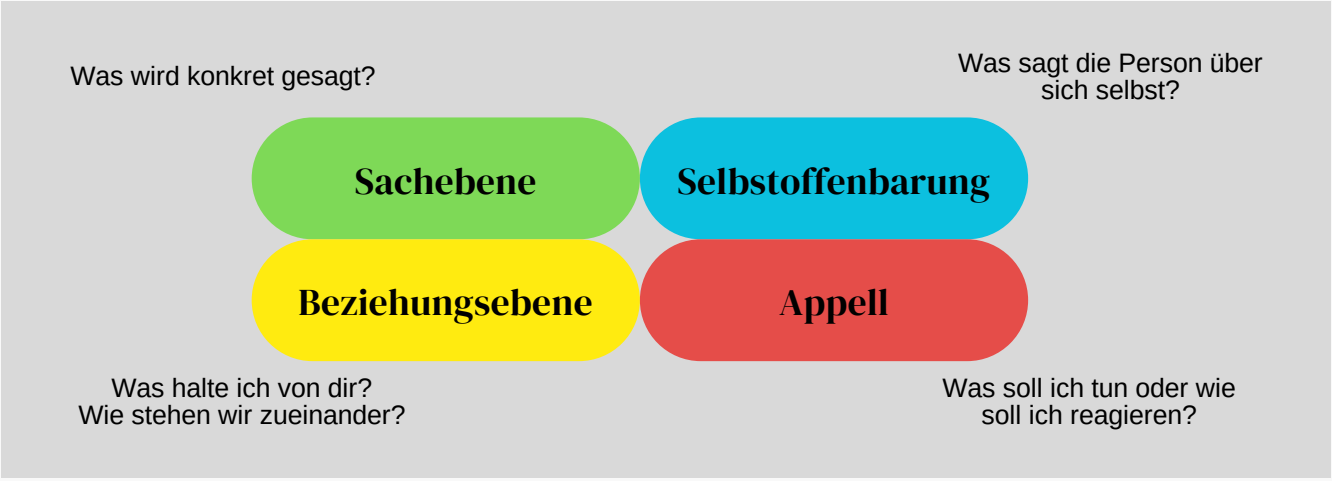
Wo viele Menschen zusammen sind, entstehen Konflikte. Das ist ganz normal und auch nichts schlechtes. Wichtig ist nicht, Streit komplett zu vermeiden, sondern zu lernen, wie man damit umgeht.
Oft entstehen Konflikte gar nicht, weil jemand absichtlich gemein sein wollte, sondern weil etwas falsch verstanden wurde. Genau hier kann das 4-Ohren-Modell helfen. Es zeigt, dass eine Nachricht auf verschiedene Arten verstanden Werden kann

## 2 Was ist Gerechtigkeit?

Gerechtigkeit wird oft damit verwechselt, dass alle genau das Gleiche bekommen. In einer Gruppe ist das aber nicht immer wirklich fair. Manchmal braucht ein Kind mehr Unterstützung, manchmal braucht jemand mehr Zeit oder vielleicht einfach jemanden, der zuhört. Gerechtigkeit bedeutet deshalb nicht Gleichheit, sondern Fairness.
Kinder können dieses Thema sehr gut verstehen, wenn man es an einfachen Beispielen erklärt. Wenn drei Kinder unterschiedlich groß sind und alle über einen Zaun schauen wollen, hilft es nicht, wenn alle genau gleich viele Kisten bekommen. Fair ist es erst dann, wenn alle am Ende das sehen können, was sie sehen wollten.
In Gruppenstunden zeigt sich Gerechtigkeit zum Beispiel darin,

- dass alle mitmachen dürfen,
- dass niemand ausgelacht wird,
- dass Entscheidungen nicht immer von den gleichen Personen getroffen werden,
- und dass Streit so gelöst wird, dass sich beide Seiten ernst genommen fühlen.

## → Das Vier-Ohren-Modell (von Friedmann Schulz von Thun)




### Die Idee dahinter:

Jede Nachricht hat mehrere Bedeutungen gleichzeitig. Als Absender*in sende ich eine Botschaft – aber die empfangende Person kann sie auf unterschiedliche Weise hören und verstehen. Dadurch entstehen oft Missverständnisse, die zu Konflikten führen können.
Auch wenn ich etwas ganz neutral meine, kann es bei der anderen Person ganz anders ankommen.



Beispiel:
„Du bist aber spät.“

- Sachlich: Du bist später als geplant
- Beziehung: Du bist unzuverlässig
- Appell: Sei nächstes Mal pünktlich
- Selbstoffenbarung: Pünktlichkeit ist mir wichtig

Gerade in Gruppen kann das schnell zu Streit führen, obwohl niemand etwas Böses wollte.
Was heißt das für den Umgang mit Konflikten?
Das Modell kann helfen, Missverständnisse zu erkennen und ruhiger miteinander umzugehen.

Für den Umgang in der Gruppe bedeutet das:

- Nachfragen statt sofort reagieren („Wie hast du das gemeint?“)
- Eigene Gefühle benennen („Ich habe das so verstanden…“)
- Andere Perspektiven zulassen
- Kindern zeigen, dass Missverständnisse normal sind

Wenn Kinder lernen, dass eine Aussage unterschiedlich verstanden werden kann, fällt es ihnen leichter, nicht sofort wütend zu reagieren, sondern erst nachzufragen.

## 2 Rätsel

“Ich bin ein Verb, das oft benutzt wird, wenn jemand merkt, dass etwas fehlt.
Ich tauche auf, wenn Hilfe nötig ist, oder wenn etwas ohne mich nicht geht.
In einer Gruppe bin ich wichtig, denn ohne mich fehlt oft ein Stück:
Respekt, Zeit oder auch Geduld –
all das hat mit mir zu tun.”

Lösungswort vom Rätsel des 1. Newsletters:

**Demokratie**

# Ideen für die Gruppenstunde:

## Missverständnisse verstehen

Ziel: Kinder lernen, dass Aussagen unterschiedlich verstanden werden können und dass so Konflikte entstehen.
Einstieg: Frage in die Runde:
„Habt ihr euch schon mal gestritten, obwohl es nur ein Missverständnis war?“

Übung: Ein Satz – viele Bedeutungen
Sag einen einfachen Satz, z. B.:
„Du bist aber spät.“
Die Kinder überlegen: Wie könnte man das verstehen? Ist das nett, genervt oder gemein gemeint?

Rollenspiel:
In kleinen Gruppen:
Eine Streitsituation spielen
Danach dieselbe Situation nochmal – aber mit Nachfragen und Zuhören

Abschluss
Gemeinsam sammeln:
Was hilft, Streit besser zu lösen?
z. B.: nachfragen; zuhören; ruhig bleiben

Möglicher Merksatz: Erst verstehen, dann reagieren.

## Gemeinsame Regeln erstellen:

Damit sich alle in der Gruppe wohlfühlen, braucht es klare Regeln. Nicht, um den Spaß zu bremsen, sondern damit Respekt, Sicherheit und ein gutes Miteinander möglich sind.
Gruppenregeln sorgen dafür, dass alle gehört werden, helfen Konflikte zu vermeiden oder besser zu lösen und zeigen: Jede*r ist wichtig – aber nicht auf Kosten der anderen.
Am besten entstehen Regeln gemeinsam. So verstehen alle, warum sie wichtig sind, und können mitentscheiden.
So kann das aussehen:

- Gemeinsam überlegen: Was ist uns wichtig? Was stört?
- Regeln sichtbar machen (z. B. als Plakat)
- Positiv formulieren („Wir hören zu“ statt „Nicht dazwischenreden“)
- Regeln regelmäßig überprüfen und anpassen

Beispiele für Regeln:

- Wir lassen einander ausreden
- Wir gehen respektvoll miteinander um
- Jede*r darf mitmachen
- Bei Problemen reden wir miteinander



Regeln funktionieren am besten, wenn sie sich mit der Gruppe weiterentwickeln. Wichtig ist vor allem ein wertschätzender Umgang im Alltag – oft wirkt das mehr als jede Regel