

Ansgar Marx

Positive Emotionen durch Mediation

Ergebnisse einer Langzeitstudie bei Kindern (2010 – 2018)

Die vorliegende Studie untersucht 1.607 dokumentierte Konflikte von Kindern – vorwiegend im Grundschulalter – über einen Zeitraum von neun Jahren. Bearbeitet wurden die Auseinandersetzungen mit dem Konfliktlösungsritual „Palaverzelt“, eine kindgerechte Mediationsmethode. Die Streitvermittlung wurde von Studierenden der Sozialen Arbeit angeleitet, während sie Konfliktsprechstunden an Schulen im Großraum Braunschweig, Wolfsburg, Goslar und Hannover anboten.

Ermutigend und bahnbrechend sind vor allem zwei Ergebnisse: 90 % der Kinder kamen nach dem Streit mit negativen Emotionen in die Sprechstunde. Während des Vermittlungsgesprächs baute sich der durch den Streit aufgestaute Stresslevel der Kinder gravierend ab. So verließen 93 % der Kinder das Konfliktritual mit positiven Gefühlen. Die Gefühlslage hatte sich umgedreht, die Kinder konnten sich entspannen und waren wieder aufnahmebereit. Beeindruckend war zudem die hohe Einigungsquote: Die Kinder konnten in 96 % der Konfliktfälle eine Einigung erzielen. Darüber hinaus berücksichtigt die Studie eine Reihe weiterer Faktoren, speziell die Analyse von Konfliktauslösern und die von den Kindern gefundenen Einigungen. Ferner werden in Kurzform typische Streitsituationen und gefundene Lösungen dargestellt.

I. Das Projekt „Mediation und Sozialkompetenz“

Die Daten unserer Studie wurden im Rahmen des Projekts „Mediation und Sozialkompetenz“ an der Fakultät Soziale Arbeit – Ostfalia Hochschule Braunschweig/Wolfenbüttel – in den Jahren 2010 bis 2018 erhoben.

Zum Hintergrund: Das Projektstudium ist Bestandteil des Bachelor-Studiums der Sozialen Arbeit im 4. und 5. Semester. Idee des Projektstudiums ist es, theoretisch erworbenes Wissen direkt in der praktischen Arbeit in sozialen Einrichtungen anzuwenden. Das Projekt „Mediation und Sozialkompetenz“ ist eines von diversen Projekten, unter denen die Studierenden wählen können, und versteht sich primär als methodenorientiert. Während des zwei-semesterigen Verlaufs erwerben die Studierenden grundlegende Kenntnisse über Konflikte im Kindesalter, die Mediationsmethode, Gewaltfreie Kommunikation, Schulsozialarbeit, Modelle zum

Erwerb von Sozialkompetenz von Schülern. Und sie werden in der Umsetzung des Konfliktrituals „Palaverzelt“ geschult. Die praktische Arbeit besteht darin, dass die Studierenden als Zweier- oder Dreiergruppen an zwei Tagen in der Woche je zwei Konfliktsprechstunden für Schüler/Kinder in Grundschulen oder Kitas (eher selten) anbieten. Zunächst stellen sie sich, die Mediationsmethode und das Ritual Palaverzelt Lehrern, Schülern und Eltern vor und verabreden einen Modus, wie streitende Kinder an der Sprechstunde teilnehmen können. Die Konflikte zwischen den Kindern werden in der Regel in einem separaten Raum im Palaverzelt behandelt. Die meisten Kinder kommen freiwillig, einige werden – je nach Verabredung – von Lehrern zum Palaverzelt geschickt. Jede Sitzung wird von den Studierenden angeleitet und dauert in der Regel zwischen 15 und 30 Minuten, gelegentlich auch länger. Nach der Konfliktbearbeitung übertrugen die Studierenden die Daten auf einen standardisierten Evaluationsbogen, s. *Kasten*. Begleitet wird die Praxisarbeit der Studierenden durch wöchentliche Supervisionen an der Hochschule.

Im Laufe unserer Arbeit mit den Schulen hat sich ein Bedarf an Sozialkompetenztrainings für einzelne Klassen bzw. Gruppen von Schülern abgezeichnet. Übungen zur Förderung sozialer Kompetenzen haben die Studierenden dann situativ ausgearbeitet und eingesetzt. Dieser Part des Projekts wurde nicht evaluiert.

II. Die Methode „Palaverzelt“ – Mediation als Ritual

Das Palaverzelt ist ein Konfliktlösungs-Ritual, das speziell für Grundschulen und Kitas entwickelt wurde und die Mediationsmethode mit Elementen der Gewaltfreien Kommunikation nach *Marshall Rosenberg*¹ vereint. Das Modell wurde unter wissenschaftlicher Leitung des Autors mit einem Team von Erzieherinnen, Kitaleiterinnen und Studierenden in zweijähriger Arbeit an der Ostfalia Hochschule zwischen 2008 und 2009 entwickelt. Kinder lernen mit Unterstützung von Erwachsenen ihre Konflikte weitgehend selbständig zu lösen. Spielmaterialien, wie Delfinbilder, Ideenkarten, ein Sprechball oder Friedenstauben, ein Phasenrad und Wunschmuscheln sorgen für einen kindgerechten Aufforderungscharakter.

1 *Rosenberg, M.*, Gewaltfreie Kommunikation – Eine Sprache des Lebens, 9. Aufl., Paderborn 2012.

Mediations-Protokoll

Gefühlsbarometer (vorher) TN 1: 🟡🟡🟡 🟡🟡 🟡◀▶🟡 🟡🟡 🟡🟡🟡

 TN 2: 🟡🟡🟡 🟡🟡 🟡◀▶🟡 🟡🟡 🟡🟡🟡

Datum: _____ Mediator/in: _____

Name der Einrichtung: _____

Teilnehmer/in 1

Name (Anfangsbuchstabe): _____ Alter: _____ Geschlecht: _____

Teilnehmer/in 2

Name (Anfangsbuchstabe): _____ Alter: _____ Geschlecht: _____

Teilnehmer/in 3 und 4

Name (Anfangsbuchstabe): _____ Alter: _____ Geschlecht: _____

Konflikt / Gegenstand des Streits:

Konfliktlösler: (bitte ankreuzen, Mehrfachnennung möglich)

Regeln einfordern und sicherstellen

Streit um Platz / Material / Spielgerät

andere ärgern / provozieren / ausschließen

Streit um Positionen / Rolle / Rangfolge

Spielmanente Störungen

Territoriale Übergriffe

aus Spaß wird Ernst, Versehen

sich einmischen, handeln für andere

sonstige, und zwar: _____

Vereinbarung / Lösung des Konflikts:

Lösungen: (bitte ankreuzen, Mehrfachnennung möglich)

sich aus dem Weg gehen

konkrete (Spiel-) Vereinbarung

sich entschuldigen

deutlich „Nein!“ sagen

zum Lehrer / ErzieherIn gehen

respektvoller Umgang (zuhören, fair sein, miteinander reden)

nicht mehr streiten / zusammen spielen

sonstige, und zwar: _____

Mediationsverlauf:

Anmerkungen:

Wird die Vereinbarung eingehalten? (ggf. Vermerk, ob weitere Mediationen)

Gefühlsbarometer (nachher) TN 1: 🟡🟡🟡 🟡🟡 🟡◀▶🟡 🟡🟡 🟡🟡🟡

 TN 2: 🟡🟡🟡 🟡🟡 🟡◀▶🟡 🟡🟡 🟡🟡🟡

Unterschrift Mediator/in _____

Smiley_Mediations-Protokoll / September 2016

Pädagogisches Ziel des Programms Palaverzelt ist es, einen Beitrag zur Konflikt- und Friedenserziehung im Kindergarten- und Grundschulalter zu leisten. Kinder lernen ein Ritual, das ihnen auch im späteren Leben hilft, schwierige Situationen im Umgang mit anderen Menschen zu meistern und sich in Gruppen und Teams zu integrieren. Soziale Empathie, Konflikt- und Teamfähigkeit sowie das Einnehmen unterschiedlicher Perspektiven sind in der Schule sowie später im Arbeitsleben unverzichtbar. Durch wiederholte Erfahrung, dass Konflikte vorübergehend und lösbar sind, werden Lernblockaden aufgehoben, die auf mangelnder Wertschätzung, Diskriminierung oder Ausgrenzung beruhen können. Das Ritual basiert auf gegenseitigem Respekt, stärkt das Selbstwertgefühl (Selbstwirksamkeit) und erweitert die sozialen und emotionalen Kompetenzen (Ressourcen) der Kinder. Das Modell Palaverzelt strebt somit an, die Entwicklung einer positiven Konfliktkultur in Kita, Grundschule und Familie zu unterstützen.

Die Besonderheit an diesem Programm besteht darin, an einem konkreten, aktuellen Streit zwischen Kindern anzusetzen, der nach den Grundprinzipien positiver Konfliktbearbeitung (Wertschätzung, verstehendes Zuhören, Vermitteln ohne Direktive) gelöst wird. Die Bearbeitung aktuell erlebter Emotionen steht im Vordergrund, was den Lerneffekt vertieft. Vorschnelle Lösungen und autoritäre Anweisungen

werden vermieden. So kann sich in Grundschule und Kita eine positive Konfliktkultur entwickeln, die die Persönlichkeit der Kinder ernst nimmt, ihre Konfliktlösungskompetenzen fördert und von der ebenso Pädagogen wie Lehrer durch ein positives Klima profitieren.

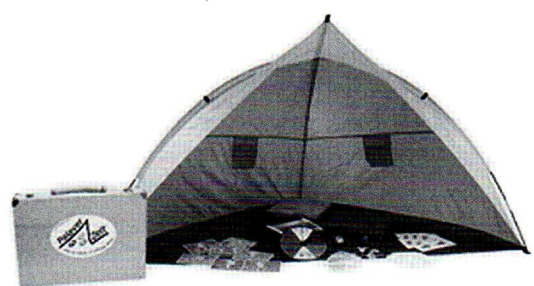


Abb. 1: Palaverzelt

Das Ritual besteht aus **fünf Phasen**, die anhand eines **Phasenrads**² durchlaufen werden:

1. Streitgeschichten erzählen (Sprechball)
2. Gefühle beschreiben (Delfinkarten)
3. Wünsche äußern (Wunschmuscheln)
4. Lösungen sammeln (Ideenkarten)
5. Sich einigen & Frieden schließen (Friedenstauben)

² Vgl. Marx, A. „Eine positive Konfliktkultur entwickeln“ in: KiTa aktuell recht, 4/2012.

Nach der Konfliktbearbeitung nehmen die Schüler wieder am Unterricht teil oder sie gehen in die Pause.

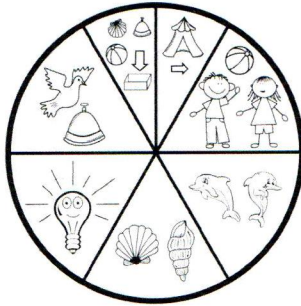


Abb. 2: Phasenrad

III. Quantitative Evaluationsergebnisse

Insgesamt wurden im Zeitraum der Studie (2010 – 2018) 1.607 Konfliktfälle von Kindern aus drei Kitas und 11 Grundschulen aus dem Raum Braunschweig, Salzgitter, Wolfsburg, Wolfenbüttel, Peine und kleineren Orten in Süd-Ost-Niedersachsen systematisch erfasst. Der Evaluation lag ein standardisierter Evaluationsfragebogen (s. *Kasten links*) vor, der von den Studierenden jeweils nach einer Konfliktbearbeitung ausgefüllt wurde. Quantitative Fragen, etwa nach Geschlecht, Alter und Anzahl der Konfliktbeteiligten sowie dem Abschluss der Mediation wurden ergänzt durch qualitative Fragen, etwa dem Grund des Streits und den Einigungsinhalten. Letztere sind in der Auswertung natürlich weitaus aussagekräftiger als rein quantitative Daten. Ab 2014 wurde ein sog. Gefühlsbarometer eingeführt, das das emotionale Wohlbefinden der Kinder vor und nach der Konfliktbearbeitung erhebt. Hier kam es zu überraschenden, vielversprechenden Ergebnissen, die es erlauben, Verbindungen zu neueren Erkenntnissen der Positiven Psychologie herzustellen.

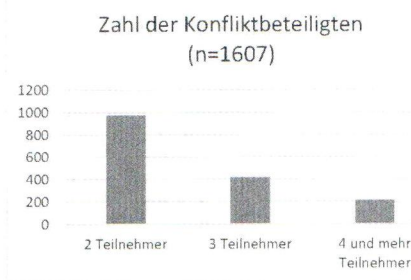


Abb. 3: Zahl der Konfliktbeteiligten

Der Konzentration der Konfliktbearbeitung auf Schulen (97 %) liegen mehrere Faktoren zugrunde. Erstens fanden die Studierenden die Streitsituationen im schulischen Umfeld anspruchsvoller als in Kitas und zweitens meldeten Schulen einen höheren Bedarf an Konfliktbearbeitung. Lehrer erlebten Konfliktsituationen häufig als Störquelle im

Unterrichtsgeschehen, etwa mangelnde Aufmerksamkeit einzelner Schüler und erhöhter Geräuschpegel im Unterricht. Selbst hatten sie kaum zeitlichen Spielraum, sich den Konflikten zu widmen und schätzten die studentische Unterstützung.

Wie der Statistik, s. *Abbildung 3*, zu entnehmen ist, reduzieren sich die Auseinandersetzungen vorwiegend auf Zweier-Konstellationen (61 %). Aber auch Dreier-Beziehungen (26 %) weisen eigene Herausforderungen auf. Hier geht es häufig um Zugehörigkeit und Ausschluss. Nicht unbeachtlich sind Streitsituationen in größeren Gruppen (13 %), wobei hier meist Zugehörigkeit zu einer Gruppe, Regelverletzungen oder Gewalt Grund einer Konfliktbearbeitung sind.

Interessant ist die nahezu ausgewogene Verteilung von Jungen (50 %) und Mädchen (48 %) (2 % der Beteiligten wurden bezogen auf ihr Geschlecht nicht erfasst) an der Konfliktbearbeitung. Vermutet hatten wir eine stärkere Beteiligung von Jungen, da deren Streit meist sichtbarer (lauter) ausgetragen wird als der von Mädchen.³ Wir nahmen an, dass Jungen häufiger von Lehrern ins Palaverzelt geschickt werden als Mädchen. Die Zahlen sprechen jedoch eine andere Sprache, s. *Abbildung 4*.

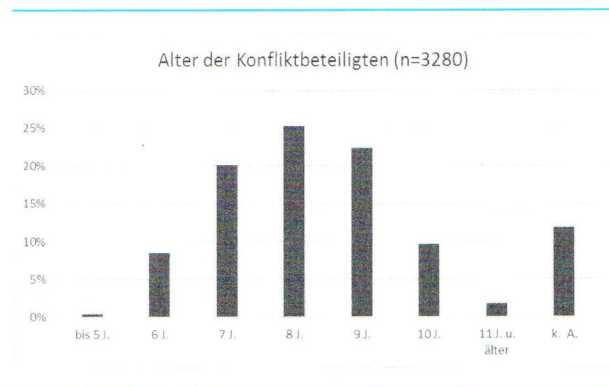


Abb. 4: Alter der Konfliktbeteiligten (Alterserfassung seit 2014)

Es zeichnet sich eine Konzentration auf die Altersstufen 7 Jahre (20 %), 8 Jahre (25 %) und 9 Jahre (22 %) ab. Lediglich 8 % der Kinder sind 6 Jahre, woraus sich der vorsichtige Schluss ziehen lässt, dass in der ersten Klasse weniger Konflikte auftreten, möglicherweise weil sich die Kinder erst in ihrem neuen Umfeld orientieren müssen.

Im Vergleich zur Mediation mit Erwachsenen ist die Einigungsquote von 96 %, die die Studierenden bei Kindern protokolliert haben, außerordentlich hoch. Woran mag das liegen? Ohne Zweifel gehört es zum sozialen Entwicklungsprozess von Kindern, Freundschaften einzugehen, zusammen zu spielen und zu verhandeln, Unterschiede wahrzunehmen und auszutesten, eigene sowie fremde Bedürfnisse und Gefühle zu erkennen und auszugleichen. Sie befinden sich in einem permanenten Prozess des Verhandelns und Aushandelns und reifen so einerseits an schwierigen und andererseits an positiv erfolgreichen Erfahrungen in

³ Vgl. Kain/Bukovics/Edtinger/Reithmayr/Scharf, KLIK – Konflikte lösen im Kindergarten, Weinheim 2006, S. 16.

der Interaktion. Streit und prosoziale Konfliktbearbeitung sind ein immerwährender Lernprozess.

Die Kinder haben verstanden, dass sie mit der Methode Mediation bzw. dem Ritual Palaverzelt ernst genommen, fair behandelt und mit ihren Eigenheiten respektiert werden. Insofern haben die Studierenden die Erfahrung gemacht, dass die Kinder überwiegend gerne ins Palaverzelt kommen, weil sie wissen, hier wird niemand bestraft, blamiert oder beschuldigt. Es tut nicht weh, ihnen wird nichts autoritär verordnet. Vor diesem Hintergrund lässt sich die hohe Einigungsbereitschaft der Kinder erklären.

IV. Konfliktauslöser

Ein besonderer Fokus unserer Evaluation liegt auf der Auswertung der Auslöser, die die Kinder als Anlass oder Grund ihres Streits angegeben haben. Zur Kategorisierung bedienen wir uns einer Studie von *Dittrich/Dörfler/Schneider*⁴, die *acht typische Konfliktauslöser* bei Kindern identifiziert hat:

- Regeln einfordern oder sicherstellen
- Streit um Platz, Material, Spielgeräte
- Andere ärgern, provozieren
- Streit um Positionen, Rolle, Rangfolge
- Spielimmanente Störungen (Spielidee oder Rolle)
- Territoriale Übergriffe
- Aus Spaß wird Ernst
- Sich einmischen, handeln für andere

In der frühen Kindheit lösen die Faszination von Objekten (Spielsachen) und der Wunsch, diese zu besitzen, häufig Konflikte aus. Erst mit zunehmendem Verständnis treten Themen wie Freundschaft, Macht, Imponiergehabe oder die Einhaltung von Regeln in den Vordergrund.

Konfliktauslöser (Mehrfachnennung) *5)	Anzahl	Prozent
Regeln einfordern	190	8 %
Streit um Platz/Material/Spielgerät	333	14 %
Andere ärgern/provozieren	767	33 %
Streit um Positionen/Rolle/Rangfolge	332	14 %
spielimmanente Störungen	113	5 %
territoriale Übergriffe	96	4 %
aus Spaß wird Ernst	322	14 %
sich einmischen/handeln für andere	102	4 %
Sonstige	67	3 %
Gesamt	2322	rd. 100 %

Abb. 5: Konfliktauslöser (n = 2322)

Die Studierenden konnten einen Streit mehreren Konfliktauslösern zuordnen, so dass die Gesamtzahl (n = 2322) über der Anzahl der Konfliktfälle (n = 1607) liegt, s. *Abbildung 3*.

Herausstechend ist das überproportionale Auftreten des Konfliktgrunds „**Andere ärgern/provozieren**“ mit 33 %. Kinder dieser Altersgruppe testen Grenzen aus, machen Er-

fahrungen wie weit sie bei anderen gehen können, wann der Spielraum überschritten ist. Ein wichtiger Lernschritt: Bedürfnisse und Grenzen der anderen zu akzeptieren. Eine andere These wäre, die Schüler sind durch die vorwiegend kognitive Lernstoffvermittlung im Unterricht nur einseitig gefordert oder gelangweilt und suchen in Provokationen ein Ventil durch Ausagieren.

Aus den Evaluationsprotokollen haben wir einige charakteristische Angaben ausgewählt:

- › K und P provozieren T; sie beleidigen ihn als „Dummi“ und „Fettsack“. T schlägt P und bekommt daraufhin Ärger mit der Pausenaufsicht.
- › N musste auf die Toilette und R ist ihm hinterhergelaufen und hat permanent „Hannover 96“ gerufen. N hat sich dadurch genervt und provoziert gefühlt.
- › H und M hauen V auf den Po; V wird wütend und sagt, sie möchte das nicht. Daraufhin meint H, V verstehe keinen Spaß.
- › J wird wegen seiner Hautfarbe von einigen Kindern als „braune Kackwurst“ beleidigt; es kommt zu einer körperlichen Auseinandersetzung.
- › B hat Os Schulplaner durch die Gegend geworfen; daraufhin hat O B mit seinem Schulplaner verhauen – gegenseitiges Hauen und Beleidigen.

Typisch mit einem Anteil von 14 % sind Streitereien um „**Positionen/Rolle/Rangfolge**“. Konfliktträchtig bei Jungen ist häufig das gemeinsame Fußball-/Spielen auf dem Pausenhof. Wer nimmt welche Rolle ein? Wer darf mitspielen? Warum wird jemand ausgeschlossen? Bei Mädchen geht es häufig um Freundschaften, etwa dass sich ein Kind ausgeschlossen oder zurückgewiesen fühlt, oder um die Beziehung als beste Freundin.

Hier einige Beispiele aus den Protokollen:

- › M und K sind eigentlich beste Freunde; M hat mit H und B Fußball gespielt; sie wollten K nicht mitspielen lassen, weil sie finden, dass er zu schlecht spielt.
- › X will beim Fußball immer Chef sein; X sagt zu B, er muss Torwart sein. B findet das gemein. B und F spielen daraufhin alleine; X ist sauer.
- › T und Z sind beste Freundinnen; T möchte aber nicht mit A spielen. T beschimpft Z und A und schubst A; Z kündigt T die Freundschaft.
- › H möchte nicht mit I und N spielen; ist manchmal zickig und geht weg und möchte alleine spielen; tatsächlich spielt sie dann aber mit einer anderen.

Den gleichen prozentualen Rang nimmt Streit um „**Platz/Material/Spielgerät**“ (14 %) ein.

- › E nimmt ohne zu fragen Is Spielzeug; I wird wütend und boxt E in den Bauch; E haut daraufhin I ins Gesicht.
- › C hat D ihr Freundschaftsbuch mitgegeben, es aber nicht zurückbekommen. D behauptet es aber mitgebracht und auf ihren Tisch gelegt zu haben. Vermutung: Jungen haben es geklaut.

⁴ Dittrich/Dörfler/Schneider, Wenn Kinder in Konflikt geraten, Neuwied 2001, S. 102.

Häufig genannt wurde ebenfalls der Konfliktauslöser „aus Spaß wird Ernst“ (14 %). Anlass ist meist eine Provokation, die von der anderen Seite als Beleidigung aufgefasst wird, gegenseitige Beleidigungen schaukeln sich hoch und enden in körperlichen Auseinandersetzungen.

Beispiele aus den Protokollen:

- › An der Tafel ist ein Bild gemalt (A + N verliebt). A verächtigt L und M; A und M suchen sich Truppen; Ms Truppe hat zur Verteidigung Fallen aufgebaut; As Truppe lief weg, außer A; M streift A eine Brennnessel durchs Gesicht.
- › Auf dem Schulweg hat Si so getan, als ob er Se und D mit einer Wasserflasche nass spritzen wollte. Daraufhin haben ihm Se und D die Flasche weggenommen und ausgeschüttet; Se kneift Si in den Bauch.

Im Nachhinein mussten wir feststellen, dass die Kategorisierung der von den Kindern genannten Streitsituationen zuweilen nicht eindeutig vorgenommen werden konnte, da es bei den Kategorien teils Überschneidungen gab, etwa „aus Spaß wird Ernst“ und „andere provozieren/ärgern“. Eventuelle Ungenauigkeiten bei der Zuordnung mussten wir in Kauf nehmen.

V. Konfliktlösungen/Einigungen

Nach den ersten Jahren des Projekts entstand die Idee, die von den Kindern vorgeschlagenen Einigungen zu kategorisieren, um einen Einblick in die von ihnen favorisierten Lösungsansätze zu gewinnen. So entstanden sieben Lösungskategorien, die in die Evaluationsbögen übernommen wurden (2015 wurde zusätzlich die Auffangkategorie „Sonstiges“ eingefügt), s. *Abbildung 6*.

Bemerkenswert ist die Eigenständigkeit der Kinder, ein breites und akzeptiertes Spektrum von Lösungen zu entwickeln. Um die Selbstwirksamkeit der Kinder zu unterstützen waren die Studierenden -analog zur Mediationsmethode- angehalten, in den Aushandlungsprozess nicht mit eigenen Lösungsvorschlägen einzugreifen. Die Einigungsquote von 96 % und die selbstbewussten und reifen Streitlösungen der Kinder unterstreichen die These, dass Kinder Experten ihres Konflikts und seiner Lösung sind. Deutlich wird dies daran, dass lediglich in 3 % der Fälle, Lehrer oder Erzieher zu Rate gezogen werden sollen.

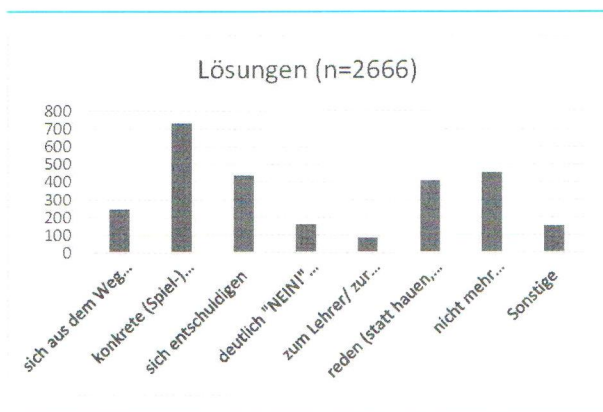


Abb. 6: Lösungen

Spitzenreiter als Lösungsmodell ist die Kategorie „konkrete (Spiel-) Vereinbarungen“ treffen mit 27 %. Dies zeigt: Kinder wollen aushandeln und keine Vorgaben von Erwachsenen. Bei der Lösungskategorie „nicht mehr streiten/zusammen spielen“ mit 17 % kommt das Bedürfnis der Kinder nach harmonischen Beziehungen und Kooperation zum Vorschein. Und die Kategorie „sich entschuldigen“ (16 %) macht deutlich, dass Kinder dieser Altersgruppe ein ausgeprägtes Verständnis von Gerechtigkeit und Regelüberschreitung haben. Ebenso haben die Kinder in diesem Alter die moralische Erkenntnis, dass gewaltsame Konfliktaustragung gesellschaftlich nicht akzeptiert ist – „reden, statt hauen, treten, schlagen“ (15 %). Von Selbstbewusstsein und Reife zeugt, dass „sich aus dem Weg gegen“ (9 %) und „deutlich NEIN! Sagen“ (6 %) ebenso akzeptable Einigungen sein können.

Beispiele aus den Protokollen:

- › Stopp heißt Stopp; keine blöden Sprüche; sich an die Regeln erinnern; keine Gewalt; sich vertragen.
- › Sich abwechseln mit „Chef“ sein; sich entschuldigen; T muss kein Torwart sein.
- › In der letzten Pause treffen und zusammen spielen; sich vertragen; selber überlegen 1.) was ist das Problem, 2.) was will ich eigentlich, 3.) habe ich eine Idee dazu.
- › Beide haben sich entschuldigt; wollen sich etwas schenken (Bild); nicht mehr hauen/beleidigen; sich nicht so schnell aufregen; mehr miteinander spielen.
- › Jede darf befreundet sein mit wem sie will; wenn P mit N spielt, nimmt sie ihn nicht mit zu den anderen.
- › Keine Schimpfwörter mehr; wollen sich nicht mehr treten und schlagen; gehen sich zunächst aus dem Weg; wollen dann wieder Freunde werden.
- › Tageweise darf eine bestimmen; mehr miteinander sprechen; Unstimmigkeiten werden untereinander geklärt.

VI. Positive Emotionen und ihre Wirkungen

Im Jahr 2014 führten wir in den Auswertungsbogen ein sog. **Gefühlsbarometer** ein. Die Kinder konnten auf einer Skala von „sehr schlecht“ bis „sehr gut“ markieren, wie sie sich gerade fühlen: zunächst vor Beginn der Konfliktmediation und danach bei deren Beendigung. Sie benutzten dabei kleine Klammern, die sie an die entsprechenden Smileys/Emojis klemmen, s. *Abbildung 7*.

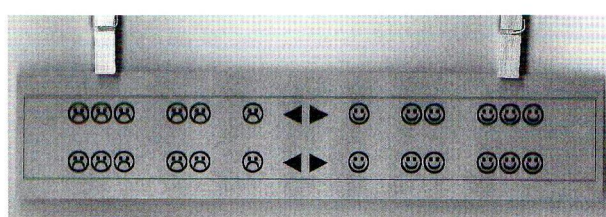


Abb. 7: Gefühlsbarometer

Die Angaben der Kinder zu ihrer Gefühlslage vor und nach der Mediation haben uns erstaunt. Wir hatten nicht damit gerechnet, dass sich negative Gefühle bei einem Streit in ei-

nem solch gravierenden Ausmaß durch ein Mediationsritual in positive Gefühle transformieren lassen.

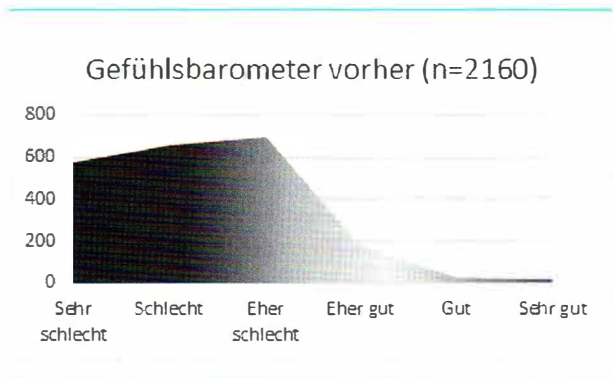


Abb. 8: Evaluation Gefühle vorher

Die Daten, s. *Abbildung 8*, belegen, dass sich die Kinder bei einem gravierenden Konflikt in ausgeprägtem Umfang „sehr schlecht“ (27 %), „schlecht“ (31 %) oder „eher schlecht“ (32 %) fühlen. Das sind **90 % der Kinder mit negativen Gefühlen vor der Konfliktlösung**. Infolge des Streits sind die Kinder einem hohen Stresslevel ausgesetzt mit den entsprechenden Auswirkungen: belastende Gedanken, Ablenkung durch das Problem, Aufmerksamkeitsdefizit. Hinzu kommen ggf. Aggressionsstau, körperliche Einschränkungen, das Gefühl der Isolation, Wut oder Rückzug und vergleichbare Symptome. *Ballreich* und *Glasl* führen in ihrem Buch „Mediation in Bewegung“ typische Basisemotionen als Stressreaktion auf, wie Wut, Angst und Niedergeschlagenheit, so dass „die kognitiven Prozesse, die mit Besonnenheit und überlegtem Handeln zu tun haben, kaum eine Chance dagegen haben.“⁵

Dass unter diesen Umständen die aktive Teilnahme der betroffenen Schüler am Unterricht massiv behindert wird, liegt auf der Hand. Zahlreiche Lehrer bestätigten uns, wie ungelöste Konflikte das Unterrichtsgeschehen belasten und sie auf eine Stressreduzierung und Entspannung durch das Konfliktritual setzen.

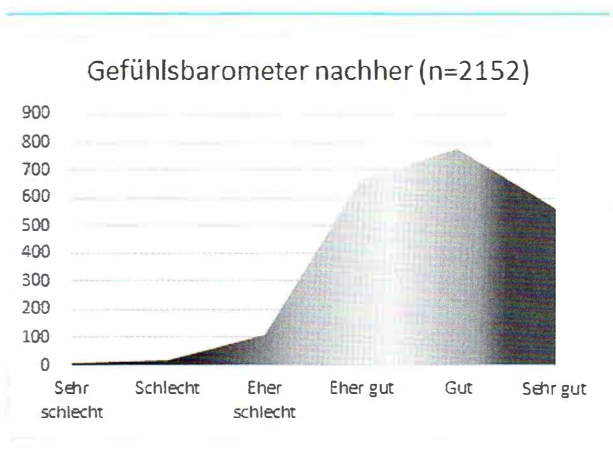


Abb. 9: Evaluation Gefühle nachher

Nach der Konfliktbearbeitung wendet sich die Gefühlslage der Kinder geradezu um 180 Grad zur positiven Seite. 26 % der Kinder fühlen sich „sehr gut“, 36 % „gut“ und 31 % „eher gut“. Das sind **93 % Kinder mit positiven Gefühlen nach dem Ritual**, ein bisher ungeahnter positiver Effekt nach einer konstruktiven Konfliktlösung, s. *Abbildung 9*.

Die positiven Folgen für die Kinder und den Unterricht können wir nur erahnen: die belastenden Gedanken werden gestoppt, die Kinder können sich wieder entspannen, ihre Aufmerksamkeit kann sich erneut dem Unterrichtsgeschehen zuwenden, Beziehungen zu anderen Kindern bekommen wieder eine positive Wendung. Solche und ähnliche Wirkungen wurden uns von Lehrern im Gespräch bestätigt.

Wie lassen sich diese Daten mit Studienergebnissen der Psychologie verknüpfen? In der Forschung der relativ neuen Disziplin **Positive Psychologie** wird positiven Emotionen ein hoher Wert zur Persönlichkeitsentwicklung und zum Aufbau befriedigender sozialer Beziehungen beigemessen. Forscher haben nachgewiesen, dass negative Gefühle länger und stärker nachwirken und ein großes Maß an Aufmerksamkeit binden. Bei der menschlichen Evolution waren und sind sie jedoch vorteilhaft, da sie die Konzentration auf Probleme und ihre Lösung begünstigen.⁶

Positive Gefühle auf der anderen Seite „erweitern das Denken, steigern damit die Kreativität und die Problemlösefähigkeit. Sie tragen zu stabileren sozialen Beziehungen bei.“⁷

Die führende Forscherin zur Wirkung positiver Emotionen, *Barbara Fredrickson*, Professorin für Psychologie an der University of North Carolina, wies in Studien nach, wie positive Emotionen die menschliche Wahrnehmung erweitern (broaden) und Ressourcen aufbauen (build). Aus dieser Erkenntnis entwickelte sie die **Broaden-and-Build-Theorie**. Sie beschreibt, wie negative Emotionen den Blickwinkel einengen und mögliche Handlungsalternativen einschränken. Positive Emotionen hingegen erweitern den Horizont und das Bewusstsein und erzeugen größere Denk- und Handlungsspielräume.⁸

In diesem Sinne besteht die wertvollste Erkenntnis, die wir aus den Daten unserer Studie ableiten, dass das Mediationsritual Kinder nach einem Streit oder einer Auseinandersetzung aus einer negativen in eine positive Gefühlswelt hinführt. Dies hat nicht nur positive Auswirkungen auf ihre momentanen Emotionen, vielmehr wird ihre soziale Entwicklung gefördert, ihre Aufmerksamkeit weitet sich, ihre Handlungsalternativen vergrößern sich und nicht zuletzt erleben sie sich als selbstwirksame Persönlichkeiten.

VII. Fazit

Ein langer Atem zahlt sich aus. Unsere Studie belegt, wie ungelöste Konflikte, Streit und Auseinandersetzungen Kin-

5 *Ballreich/Glasl*, Mediation in Bewegung, 2. Aufl., Stuttgart 2011, S. 40.

6 *Blickhan, D.*, Positive Psychologie, 2. Aufl., Paderborn 2018, S. 73.

7 *Blickhan, D.*, Positive Psychologie, 2. Aufl., Paderborn 2018, S. 73.

8 *Fredrickson, B.*, Die Macht der guten Gefühle, Frankfurt/New York 2011, S. 35 f.

der im Grundschulalter belasten. Ihre Gefühlswelt wird nicht nur durch einen hohen Stresslevel gestört, in dessen Folge negative Emotionen wie Angst, Wut, Hilflosigkeit oder das Gefühl ausgegrenzt zu sein entstehen. Vielmehr erleben Pädagogen im Unterricht negative Effekte im Hinblick auf die Aufmerksamkeits- und Konzentrationsfähigkeit der Schüler und Unruhe im Unterrichtsgeschehen.

Eine kindgerechte Mediation nach einem Streit tut Kindern und Pädagogen einen großen Gefallen, wie unsere Langzeitstudie anschaulich zeigt. Die Kinder werden emotional entlastet, sie können sich wieder entspannen, ihre Gefühlswelt füllt sich wieder mit positiven Gefühlen, ihre Aufmerksamkeit steigt und nicht zuletzt können die Schüler wieder konzentriert am Unterricht teilnehmen.

Ausblick: Während der neunjährigen Evaluationsperiode haben wir eine Fülle von Daten gesammelt, die wir hier nur zum Teil auswerten konnten. Interessant wäre vor Allem,

das Streitverhalten von *Jungen* und Mädchen differenziert miteinander zu vergleichen. Das könnte z.B. Thema einer empirischen Bachelor- oder Masterarbeit werden.



Prof. Dr. Ansgar Marx

Der Autor leitet das iko Institut für Konfliktlösungen, Braunschweig/Wolfenbüttel und bildet zertifizierte Mediatoren aus. Mehrfach forschte er am National Conflict Resolution Center, San Diego, USA zu Themen des Konfliktmanagements. Er ist Autor einiger Lehrbücher. Zuletzt absolvierte er eine Ausbildung in Positiver Psychologie an der UC Berkeley | www.iko-info.de