



# Streitregeln

Du hast das Eisbergmodell kennen gelernt. Es zeigt, dass Gründe für Streit oft tief liegen und nicht gleich erkennbar sind. Wie kann man dann aber in einem Streit gut reagieren, gibt es vielleicht sogar so etwas wie „Streitregeln“?

## Arbeitsauftrag:

Im Lehrbuch auf S. 48 findest du 5 provokante Sätze, die einen Streit hervorrufen können. **Lies** dir die Sätze durch und **bearbeite** die Aufgaben 1 und 2 mündlich.

**Schreibe** in deinen Hefter die Überschrift „Streitregeln“. Formuliere darunter in einen Satz, warum dich einige der Aussagen mehr ärgern als andere. Das kann dann so aussehen: *„Mich ärgern Aussagen, die ..., weil...“*.

Dir ist wahrscheinlich aufgefallen, dass alle Sätze, die mit „Du“ beginnen deutlich ärgerlicher wirken, als jene Sätze, die mit einem „Ich“ beginnen. Man spricht dabei von sogenannten „Ich-Botschaften“ bzw. „Du-Botschaften“. Du-Botschaften wirken deshalb aggressiver, weil sie den anderen anklagen, während Ich-Botschaften eher die eigenen Gefühle beschreiben.

## Arbeitsauftrag:

**Lies** dir auf der Lehrbuchseite 48 die Abschnitte zu „Ich-“ und „Du-Botschaften“ durch und **bearbeite** dazu schriftlich die Aufgabe 4 in deinem Hefter. Notiere die Sätze unter dem vorigen Hefteintrag. Schreibe als Zwischenüberschrift darüber: „Du- in Ich-Botschaften verwandeln“.

Denke zurück an die Goldene Regel. Jesus hat sie so formuliert: „Alles nun, was ihr wollt, das euch die Leute tun sollen, das tut ihnen auch!“ Er hat damit seinen Jüngern eine allgemeine Regel gegeben, die helfen soll einen guten Umgang miteinander zu finden und Streit zu vermeiden. Wenn es trotzdem zu Streit kommt, wäre eine Regel für „guten Streit“ sinnvoll, damit dieser sich nicht hochschaukelt. Aber wie kann so eine Regel aussehen? Vielleicht könnte sie dir ja selbst helfen, wenn sich ein Streit anbahnt.

## Arbeitsauftrag:

**Überlege** dir eine allgemeine Regel für einen „guten Streit“, etwa in der Form wie die *Goldenen Regel* von Jesus. Also ein kurzer Satz, der möglichst immer angewendet werden kann, wenn es zu einem Streit kommt. Beziehe dabei auch die Erkenntnisse über Ich- und Du-Botschaften ein.

**Schreibe** den Satz in deinen Hefter, nutze die Überschrift: „Meine Regel für gutes Streiten“.