

Cool sein – Cool bleiben

*Leitfaden für Schulwegbegleiter
im Verkehrsverbund Rhein-Neckar (VRN)*



*Einfach
ankommen.*


VRN
VERKEHRSVERBUND RHEIN-NECKAR



Impressum

Herausgeber

Verkehrsverbund Rhein-Neckar GmbH (VRN GmbH)

Unternehmensgesellschaft Verkehrsverbund Rhein-Neckar GmbH (URN GmbH)

B1, 3-5, 68159 Mannheim

Das Konzept für die Ausbildung der Schulwegbegleiter im Verkehrsverbund Rhein-Neckar hat Frau Jutta Barner-Grüber entwickelt

Konzept Leitfaden: Monika Klaus-Neunaber (VRN)

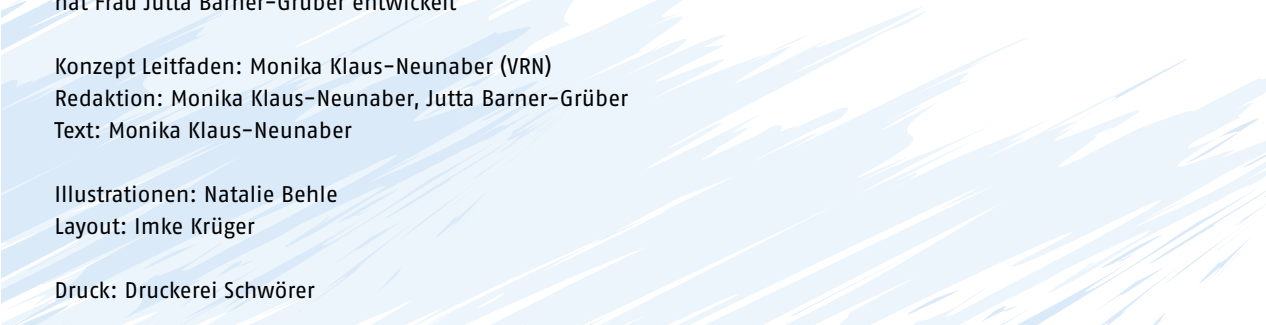
Redaktion: Monika Klaus-Neunaber, Jutta Barner-Grüber

Text: Monika Klaus-Neunaber

Illustrationen: Natalie Behle

Layout: Imke Krüger

Druck: Druckerei Schwörer





Cool sein – Cool bleiben

*Leitfaden für Schulwegbegleiter
im Verkehrsverbund Rhein-Neckar (VRN)*



Inhalt

<i>Vorwort</i>	3
<i>Tipps für's Fahren mit Bussen und Bahnen</i>	4
<i>Sicher unterwegs mit Bus und Bahn</i>	6
<i>Deine Aufgaben als Schulwegbegleiter</i>	10
<i>Was ist ein Konflikt?</i>	12
<i>Ist Gewalt im Spiel?</i>	14
<i>Das Magnetfeld des Täters</i>	16
<i>Wahrnehmung</i>	17
<i>Räumliche Distanz in sozialen Situationen</i>	18
<i>Kommunikation</i>	20
<i>Handlungstypen</i>	26
<i>Wie eskalieren Konflikte?</i>	28
<i>Rechtzeitig aus einem Konflikt aussteigen</i>	29
<i>Richtiges Opferverhalten</i>	32
<i>Richtiges Helferverhalten</i>	34

Vorwort

Liebe Schulwegbegleiterin, lieber Schulwegbegleiter!

Vielen Dank für dein Engagement als Schulwegbegleiter in den Bussen und Bahnen im Verkehrsverbund Rhein-Neckar (VRN).

Du hast eine wichtige und verantwortungsvolle Aufgabe, indem du zu einer entspannteren Atmosphäre und mehr Sicherheit auf dem Schulweg beiträgst.

Während deines Trainings zum Schulwegbegleiter hast du gelernt Konflikte zu erkennen, du hast dich mit der Dynamik von Gewaltprozessen auseinandergesetzt, Kommunikationsmöglichkeiten in Konfliktsituationen und verschiedene Formen des Hilfeverhaltens kennengelernt und ausprobiert.

In diesem Leitfaden findest du wichtige Inhalte deines Trainings zusammengefasst, eine Übersicht zu deinen Aufgaben als Schulwegbegleiter, Tipps zum Fahren mit Bus und Bahn und jede Menge Platz für eigene Notizen, um Erfahrungen und Erlebnisse während deines Einsatzes als Schulwegbegleiter schriftlich festzuhalten.

Das, was du während deines Trainings gelernt hast, kannst du nun einsetzen: Kommt es an der Haltestelle, im Bus, am Bahnhof oder in der Bahn zu Konflikten, höre zu, schaue hin und mische dich ein!

Sollte es Probleme geben, mit denen du nicht umgehen kannst, wende dich an den koordinierenden Lehrer an deiner Schule, der dir sicherlich weiterhelfen kann.

Wir wünschen dir viel Erfolg als Schulwegbegleiter!

Dein Verkehrsverbund Rhein-Neckar

Tipps für's Fahren mit Bussen und Bahnen

Mit dem MAXX-Ticket unterwegs im Verkehrsverbund Rhein-Neckar

Mit den Wochen- und Monatskarten für Schüler kannst du nur Busse und Bahnen in einem bestimmten Geltungsbereich nutzen. Mit dem MAXX-Ticket kannst du dagegen ein Jahr lang – egal ob zur Schule oder in der Freizeit – alle Busse, Straßenbahnen, den RegionalExpress, die RegionalBahn, die S-Bahn (alle 2. Klasse) und alle Ruftaxilinen im gesamten Gebiet des Verkehrsverbundes Rhein-Neckar (VRN) nutzen.



In der Westpfalz gilt das MAXX-Ticket ab 14.00 Uhr und an gesetzlichen Ferientagen in Rheinland-Pfalz, in Baden-Württemberg oder in Hessen sowie an Wochenenden und Feiertagen sogar ganztägig.

Das SuperMAXX-Ticket für Schüler in der Westpfalz

Die Wochen-, Monats- und Jahreskarten Ausbildung Westpfalz gelten in den Bussen und Bahnen des jeweiligen Geltungsbereiches in der Westpfalz. Die Jahreskarte ist an allen Schultagen ab 14.00 Uhr und sonst ganztägig im gesamten Verbundgebiet des VRN gültig. Und für alle, die ohne zeitliche Einschränkung im gesamten Verbundgebiet des VRN Bus und Bahn fahren wollen, gibt es das SuperMAXX-Ticket.

Die Fahrkarte vergessen?

Du hast deine Fahrkarte vergessen? Bitte nicht schwarzfahren! Kaufe dir beim Fahrpersonal oder am Fahrkartenautomaten einen Einzelfahrschein für die gewünschte Strecke.



Wann fährt der nächste Bus?

Du willst wissen, wie du zum Kino, ins Schwimmbad oder zu deinen Freunden kommst? Fahrplanauskünfte erhältst du jederzeit aktuell

- im Internet unter www.vrn.de
- mit der kostenlosen VRN-App für Smartphones
- telefonisch rund um die Uhr unter 01805.8764636*

(*14 Cent/Min. aus dem Festnetz, max. 42 Cent/Min. aus Mobilfunknetzen)

Die Jacke in der Bahn liegen lassen?

Du hast deine Jacke in Bus, Bahn oder an der Haltestelle vergessen?

Unter www.vrn.de/service/fundsachen findest du einen Fragebogen. Den füllst du vollständig aus. Dein Fragebogen wird an das zuständige Verkehrsunternehmen weitergeleitet. Mitarbeiter des Unternehmens melden sich bei dir, sobald deine Sachen gefunden wurden.



Sicher unterwegs mit Bus und Bahn

Damit du und deine Mitschüler sicher mit Bus und Bahn ankommt, gibt es einige Regeln, an die sich jeder halten sollte.

An der Haltestelle:

- Mache dich rechtzeitig auf den Weg zur Haltestelle. So musst du nicht hetzen, kannst auf andere Verkehrsteilnehmer im Straßenverkehr achten, und du verpasst den Bus nicht.
- An der Haltestelle wartest du mit mindestens einem Meter Abstand zur Bordsteinkante. So kann der Busfahrer gefahrlos an die Haltestelle heranfahren.
- Steht der Bus, hältst du Abstand und wartest, bis sich die Bustüren geöffnet haben.
- Du lässt andere Fahrgäste zuerst aussteigen und steigst dann – mit dem Schulrucksack in der Hand – ohne zu drängeln vorne ein. So stolpert keiner und es geht schneller.
- Beim Einsteigen hältst du deine Fahrkarte bereit und zeigst sie dem Fahrpersonal. So gibt es keinen Stau und alle können zügig einsteigen. Links steigen diejenigen ein, die eine Zeitfahrkarte haben, und rechts diejenigen, die beim Busfahrer eine Fahrkarte kaufen müssen.



Im Bus

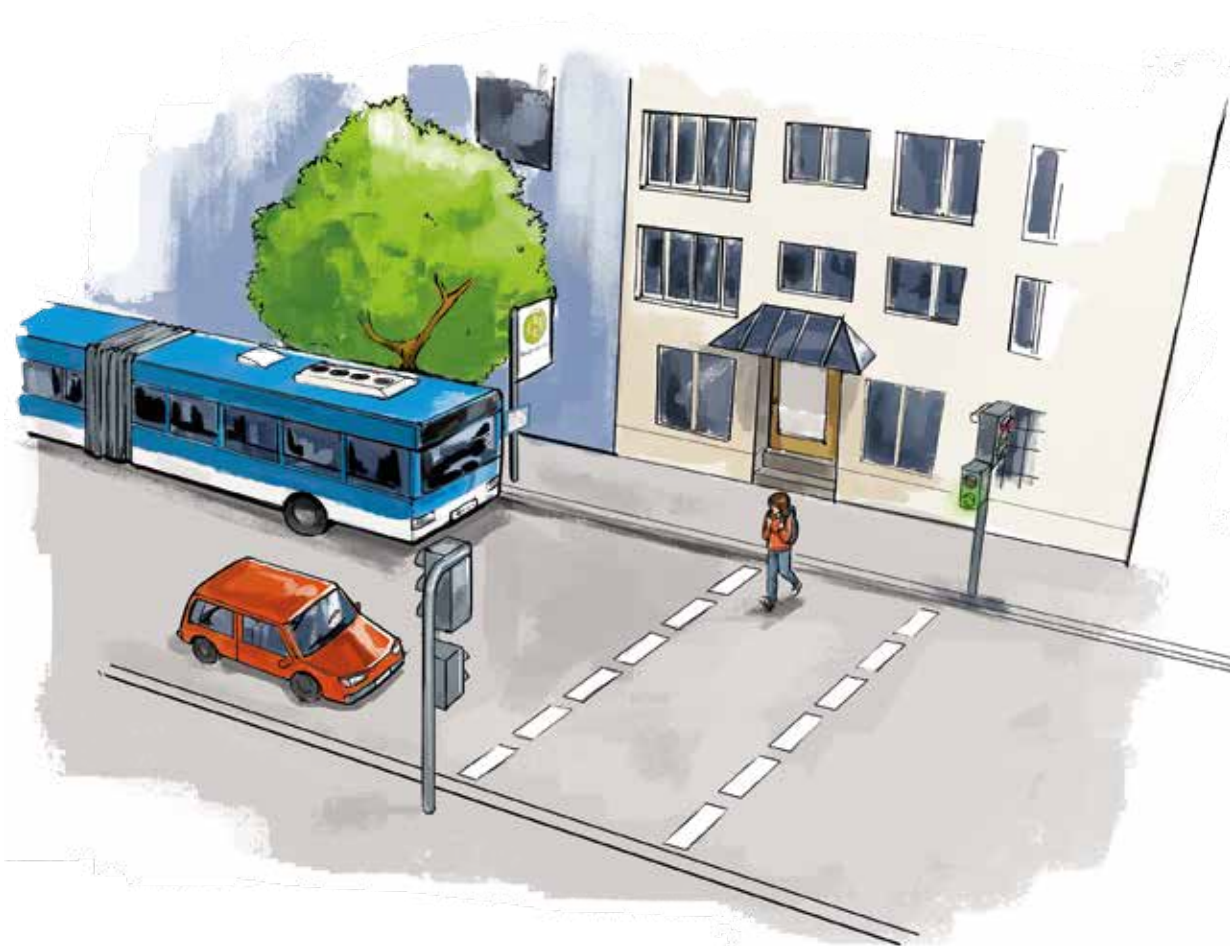
- Damit die Türen nicht blockiert werden und es im Gang keinen Stau gibt, gehst du nach hinten durch und suchst dir einen Platz.
- Hast du einen Sitzplatz, nimmst du deinen Rucksack auf den Schoß oder stellst ihn zwischen die Füße. Hast du einen Stehplatz, stellst du deinen Rucksack zwischen die Füße und hältst dich an einer Haltestange fest. Sollte der Busfahrer plötzlich bremsen, sitzt oder stehst du so sicher.
- Du willst an der nächsten Haltestelle aussteigen? Dann drücke rechtzeitig den Halteknopf. So weiß der Busfahrer, dass er an der nächsten Haltestelle anhalten muss.

Aussteigen

- Achte beim Aussteigen auf Radfahrer, die auf einem parallel zur Haltestelle verlaufenden Radweg unterwegs sein könnten. Die sollten zwar auf dich achten, aber das tun sie nicht immer.

Und die allerwichtigste Regel: Überquere niemals vor oder hinter dem haltenden Bus die Straße! Warte bis der Bus abgefahren ist. Überquere die Straße erst, wenn du gute Sicht hast und wenn möglich an einem Zebrastreifen oder einer Fußgängerampel.

Du bist als Schulwegbegleiter gerade für jüngere Schüler Vorbild. Daher solltest du dich an die Sicherheitsregeln halten. Beobachtest du, dass Mitschüler sich nicht an diese Regeln halten und sich in Gefahr bringen, sprich sie am besten direkt auf ihr Verhalten an.



Deine Aufgaben als Schulwegbegleiter

Die besten Voraussetzungen von deinen Mitschülern akzeptiert zu werden, sind ein freundliches, hilfsbereites und aufgeschlossenes Auftreten. Als Schulwegbegleiter bist du auch Vorbild. Verhalte dich so, wie du selbst es von deinen Mitschülern erwartest.

Besonders für jüngere Mitschüler solltest du stets ein offenes Ohr haben und ihnen gegenüber besonders aufgeschlossen und hilfsbereit sein.

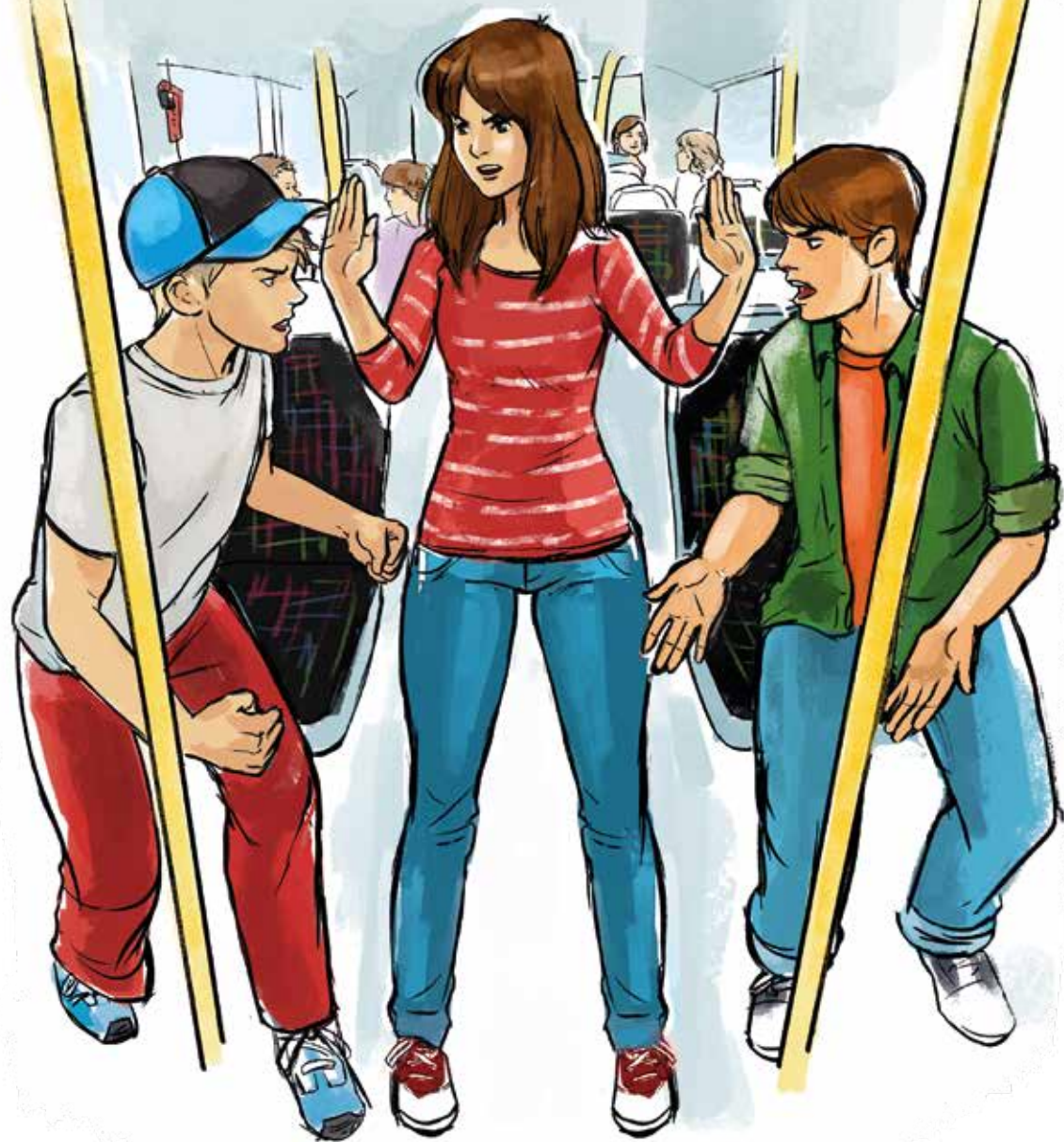
Trägst du deinen Schulwegbegleiter-Ausweis gut sichtbar, erkennen dich deine Mitschüler und das Fahrpersonal als Schulwegbegleiter und Ansprechpartner. Außerdem wirkt deine Erkennbarkeit als Schulwegbegleiter bereits präventiv (vorbeugend).

...in Konfliktsituationen

- Agiere nur, wenn du dir dies zutraust.
- Agiere nicht alleine, sondern möglichst im Team.
- Bringe dich selbst nicht in Gefahr.
- Gehe nicht auf Provokationen ein.
- Vermeide Körperkontakt und halte einen möglichst großen Abstand zum Täter.
- Halte Blickkontakt zum Täter und höre zu.
- Mache keine geringschätzigen Bemerkungen über den Täter. Versuche nicht ihn einzuschüchtern, ihm zu drohen oder ihn zu ängstigen. Kritisiere sein Verhalten aber werte ihn nicht persönlich ab.
- Rede so laut, dass auch am Konflikt unbeteiligte Personen dich hören.
- Ist die Situation nicht mehr überschaubar, hole Hilfe. Personen, die die Auseinandersetzung beobachten, sind eher bereit zu helfen, wenn du sie direkt ansprichst („He, Sie im blauen Pullover!“)

Werden im Konflikt oder bei Sachbeschädigung gefährliche Gegenstände benutzt (zum Beispiel Messer etc.),

- dann halte großen Abstand zum Täter,
- fordere andere Personen dazu auf, den Gefahrenbereich zu verlassen
- und informiere das Fahrpersonal.



Was ist ein Konflikt?

Das Wort *Konflikt* hat seinen Ursprung im Lateinischen *conflictus* und bedeutet *Zusammenstoß, Widerstreit, Zwiespalt*.

Bei einem sozialen Konflikt handelt es sich um eine Interaktion zwischen verschiedenen Individuen, Gruppen und Organisationen, wobei wenigstens eine Partei Unvereinbarkeiten im Denken oder Fühlen oder Wollen so erlebt, dass sie sich bei der Verwirklichung der eigenen Person beeinträchtigt fühlt.

Konfliktanalyse

Das Eisbergmodell veranschaulicht die Dynamik eines Konfliktes. Bei einem Konflikt sieht man – wie bei einem Eisberg – nur die Spitze, also den Streitgegenstand, die Mimik und Gestik der Konfliktpartner und nimmt deren Lautstärke und Sprachmelodie wahr.

Unausgesprochene Interessen, Bedürfnisse, Gefühle, Beziehungsprobleme, persönliche Probleme, Werte, Missverständnisse, kommunikative Probleme, Informationen, Sichtweisen und äußere Bedingungen, die das Denken und Handeln beeinflussen, wirken im Verborgenen, wie der unter Wasser liegende Teil eines Eisberges. Diese nicht direkt beobachtbare Ebene bestimmt die Dynamik eines Konfliktes. Dabei gibt es Gemeinsamkeiten und große Gegensätze bei den Konfliktparteien.

Um einen Konflikt verstehen und lösen zu können ist es wichtig, diese Ebene bewusst zu machen, damit der eigentliche Streitgegenstand wieder in den Mittelpunkt rückt und verhandelbar wird.

(Sigmund Freud – Paul Watzlawick)

Wahrnehmbares Verhalten

Streitgegenstand
Gestik, Mimik
Lautstärke, Sprachmelodie

Nicht wahrnehmbare innere Prozesse

Informationen, Interessen
Bedürfnisse, Gefühle
Werte, Sichtweisen
persönliche Probleme
kommunikative Probleme
Missverständnisse
Beziehungsprobleme
äußere Bedingungen

Ist Gewalt im Spiel?

Führt einer der Konfliktpartner absichtlich die Schädigung des anderen Konfliktpartners herbei, wird Gewalt angewandt. Als Gewalt bezeichnet man das Verhalten einer Person (Täters) gegenüber einer anderen Person (Opfer), bei dem der Täter das Opfer absichtlich schädigt, einschüchtert und/oder demütigt.

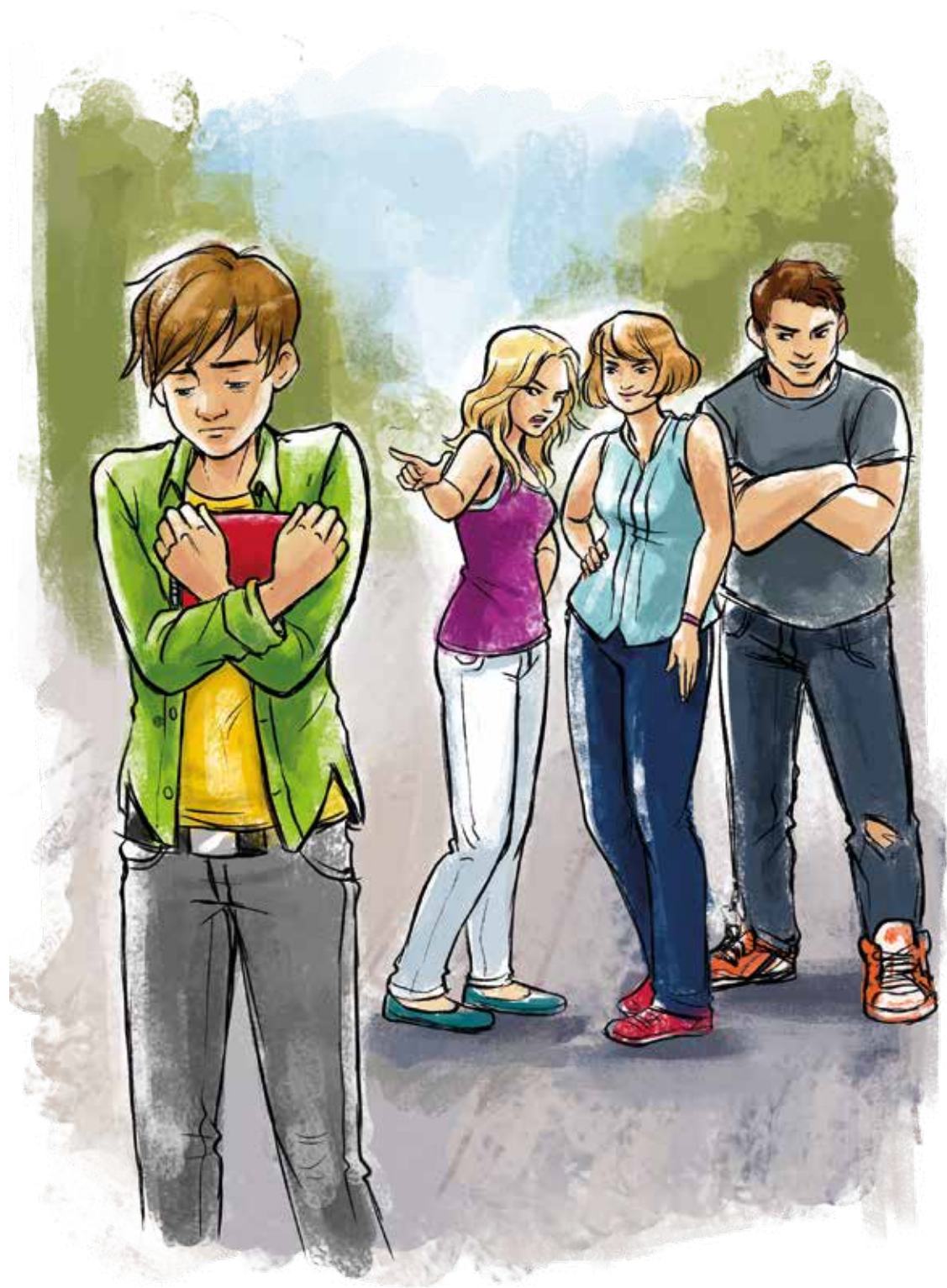
Es gibt verschiedene Formen von Gewalt.

Körperliche (physische) Gewalt ruft sichtbare Zeichen der Zerstörung hervor. Die Folgen physischer Gewalt sind spürbare Verletzungen am Körper.

Seelische (psychische) Gewalt äußert sich meist verbal und führt zur Erniedrigung, Demütigung und Einschüchterung. Auch der Entzug von Liebe und Respekt können die Seele verletzen. Die Folgen psychischer Gewalt zeigen sich oft erst sehr viel später und müssen in einem komplizierten Prozess – oft im Rahmen einer Therapie – behandelt und geheilt werden.

Strukturelle Gewalt wird nicht von einzelnen Personen, sondern von Strukturen, Organisationen und Gesellschaften ausgeübt. Eine Schule mit strengsten Regeln und wenigen Freiheiten für die Schüler kann strukturelle Gewalt sein. Neben gesundheitlichen Folgeschäden sind Ohnmacht, Angst und Depression mögliche Folgen struktureller Gewalt.

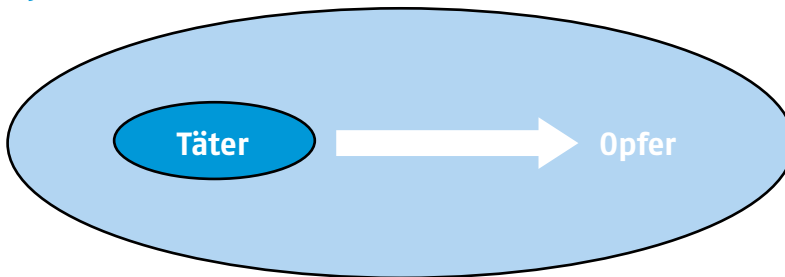
Mobbing und Bullying sind moderne Sonderformen von Gewalt. Sie können einem Opfer sowohl psychisch (Mobbing) als auch physisch (Bullying) Schaden zufügen. Bullying und Mobbing sind an Schulen weit verbreitet.



Das Magnetfeld des Täters

Der Täter versucht sein Opfer in seinen Einflussbereich, d.h. in sein „Magnetfeld“ zu locken. Dazu benutzt er einfache Redewendungen (wie zum Beispiel „Was guckst du?“), Beleidigungen, verbale oder körperliche Anmache. Geht das Opfer darauf ein, ist es „in die Falle gegangen“ und begibt sich in das Magnetfeld des Täters. Der Täter hat einen ersten Sieg errungen.

Magnetfeld



(Rüdiger Niemann: Cool bleiben, Broschüre des Jugendamts Mannheim)



Je länger sich das Opfer im Magnetfeld des Täters befindet, umso "mächtiger" kann der Täter agieren. Die Situation kann sich immer weiter zuspitzen und eskalieren, wobei die Distanz zwischen Täter und Opfer immer weiter ab- und die Gewalt immer weiter zunimmt.

Wahrnehmung

Wahrnehmung ist eine subjektive Sache, an der wir als Person beteiligt sind; eine objektive Wahrnehmung gibt es nicht. Die Realität wird nie in ihrer Komplexität wahrgenommen. So können Teile der Realität ausgeblendet oder erweitert wahrgenommen werden und jeder entwirft sein persönliches Bild von der Wirklichkeit.



© Fiedels, Fotolia

Wahrnehmung in Konflikt-/Gewaltsituationen

Die subjektive Wahrnehmung spielt in Konflikt-/Gewaltsituationen eine entscheidende Rolle. Wie das Verhalten und die Äußerungen eines Gesprächspartners wahrgenommen und interpretiert werden, ist Grundlage für das eigene, weitere Verhalten und kann dazu führen, dass ein Konflikt gar nicht erst entsteht oder erst recht entfacht wird.

Räumliche Distanz in sozialen Situationen

Die räumliche Entfernung zwischen Menschen sagt etwas über die Vertrautheit der Personen zueinander aus.



Intime Distanz: bis 60 cm; Personen enger Vertrautheit



Persönliche Distanz: bis 120 cm; persönliche Gespräche



Soziale Distanz: bis 3,50 m; zwangloses Aufeinandertreffen



Öffentliche Distanz: ab 3,50 m; es bleibt offen, ob man sich der anderen Person nähern will

(nach Edward Hall: The Hidden Dimension. Garden City, New York 1966)

Räumliche Entfernung in Konflikt-/Gewaltsituationen

Ein Täter versucht immer das Opfer in sein Magnetfeld zu ziehen. Das Opfer selbst oder Helfende müssen eine möglichst große Distanz zwischen Täter und Opfer herstellen und das Opfer aus dem Magnetfeld des Täters herausholen.

Kommunikation

Nonverbale Kommunikation

Nonverbale Kommunikation ist das Zusammenspiel von Blickkontakt, Mimik, Gestik, Körperhaltung Stimme und Abstand zum Kommunikationspartner.

Elemente nonverbaler Kommunikation

Augenstellung Blickkontakt	→	von geschlossen bis offen
Mimik	→	von entspannt bis angespannt
Gesichtsausdruck	→	von ausdruckslos bis ausdrucksstark
Gestik	→	von ruhig bis heftig
Körperhaltung	→	von aufrecht bis zusammengesunken
Stimme	→	von leise bis laut
	→	von hoch bis tief
	→	von schnell bis langsam
Abstand	→	von nah bis weit

(Friedemann Schulz von Thun: Miteinander reden 1: Störungen und Klärungen. Allgemeine Psychologie der zwischenmenschlichen Kommunikation, 2006)

Nonverbale Kommunikation in Konflikt-/Gewaltsituationen

Selbstbewusstsein und Stärke kommen in aufrechter Körperhaltung, direktem Blickkontakt, entspannter Mimik, ruhiger Gestik und einer lauten Stimme zum Ausdruck. Als Opfer oder Helfer in einer Konflikt-/Gewaltsituation muss man dem Täter gegenüber selbstbewusst auftreten.



schüchtern



selbstbewusst

Aktives Zuhören

Aktives Zuhören zeigt dem Gesprächspartner, dass man an ihm interessiert ist, ihn akzeptiert und wertschätzt. Verschiedene Handlungsweisen bringen diese Haltung gegenüber dem Gesprächspartner zum Ausdruck.

Nonverbale Handlungsweisen, die aktives Zuhören signalisieren:

- Zuwendung des Körpers zum Gesprächspartner,
- Blickkontakt zum Gesprächspartner aufnehmen und halten,
- stimmige Gesten zu den Äußerungen des Gesprächspartners ausführen.

Verbale Handlungsweisen, die aktives Zuhören signalisieren:

- kurze verbale Impulse zu den Äußerungen des Gesprächspartners geben (zum Beispiel: „ja“, „o.k.“),
- das, was man verstanden hat, mit eigenen Worten wiedergeben und nachfragen, ob man den Gesprächspartner richtig verstanden hat,
- eigene Gefühle benennen,
- keine Bewertungen zu den Äußerungen des Gesprächspartners und keine Ratschläge erteilen.

(nach Thomas Gordon: Familienkonferenz, 1972)

Aktives Zuhören in Konflikt-/Gewaltsituationen

Aktives Zuhören in Verbindung mit nicht verletzenden Ärgermitteilungen trägt dazu bei, dass Konflikte gar nicht erst entstehen. In Konflikt-/Gewaltsituationen vermittelt aktives Zuhören dem Täter das Gefühl ernst genommen zu werden.

Wie fühlt sich der Junge, der seinem Freund etwas erzählt, wohl jeweils?



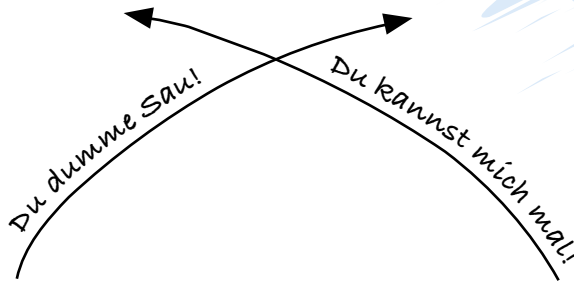
aktives Zuhören



nicht zuhören

Überkreuz-Kommunikation

Wenn Menschen sich gegenseitig beschimpfen, Vorwürfe machen und Anschuldigungen äußern, dann ist das – wie im mittelalterlichen Krieg – als würden sich „Schwertklingen kreuzen“.



- Hier sind die Gesprächspartner Gegner/Feinde. Keiner sagt etwas über sich aus, sondern nur über den anderen. Beschimpfungen Vorwürfe und Anschuldigungen beginnen meist mit „Du“.
- Die Gesprächspartner greifen sich gegenseitig an, wobei einer den anderen übertreffen will. Ein Aussteigen aus diesem Gesprächskrieg ist äußerst schwierig.

Ich-Botschaften

Hilfreicher ist es, in Ich-Botschaften von sich selbst zu sprechen.

Aus ...

wird ...

„Du Arschloch!“ → „Ich bin wütend auf dich!“

„Du dumme Sau!“ → „Ich ärgere mich über dein Verhalten!“

„Du Blödmann.
Kapiertest du das
immer noch nicht?“ → „Ich weiß nicht mehr,
wie ich dir das erklären soll.“

(nach Reinhold Miller: Halt's Maul, du dumme Sau. Schritte zum fairen Gespräch, Lichtenau 1999)

Nicht verletzende Ärgermitteilung

Ich-Botschaften haben den Vorteil, dass sie nicht beleidigend und verletzend sind.

So formuliert man eine nicht verletzende Ärgermitteilung

1. Tat benennen.

Sage, was dich stört oder kränkt:

„Du hast mir eben deinen Ellenbogen in den Rücken gestoßen.“

2. Verletzung benennen.

Sage, warum dich das stört:

„Das hat mir wehgetan.“

3. Gewünschtes Verhalten benennen

Sage dem anderen, was er tun soll:

„Pass bitte auf, dass das nicht wieder passiert.“

(nach: Tilo Benner: Cool bleiben statt zuschlagen, Horneburg 2002)

Nicht verletzende Ärgermitteilung in Konflikt-/Gewaltsituationen

Eine nicht verletzende Ärgermitteilung trägt dazu bei, dass der Gesprächspartner nicht beleidigt und verletzt ist. In Kombination mit dem aktiven Zuhören tragen nicht verletzende Ärgermitteilungen dazu bei, dass ein Streit erst gar nicht entsteht. In Konflikt-/Gewaltsituationen vermitteln nicht verletzende Ärgermitteilungen dem Täter das Gefühl ernst genommen zu werden.

Handlungstypen

Wie du dich in einem Konflikt verhältst, hängt auch von deiner Person/ deinem Typ ab.

Zu welchem Konflikttyp gehörst du?



Der offensive Typ (Kampftyp)

hat Zugang zu seinen Energien und greift unmittelbar in das Geschehen ein.

Vorteil: prompte, schnelle Reaktion

Nachteil: eventuelle Selbstüberschätzung



Der vorsichtige Typ (Fluchttyp)

nutzt seine Energien, um sich der Konfliktsituation zu entziehen.

Vorteil: geringes Selbstgefährdungsrisiko, sensibel für Frühwarnsignale, Zeitgewinn

Nachteil: direktes Eingreifen ist nicht möglich



Der handlungsunfähige Typ (Schrecktypus)

hat keinen Zugang zu seinen Energien, er verharrt und erstarrt.

Vorteil: Erstarren kann vor Angriff schützen und Mitgefühl bei Konfliktparteien erzeugen.

Nachteil: Keine Einflussmöglichkeit auf die Gewaltsituation durch das eigene Handeln.



Der kommunikative Typ

hat in Gewaltsituationen Zugang zu seinen kommunikativen Möglichkeiten.

Vorteil: Reden kann zum Nachdenken bei den Konfliktparteien führen.

Nachteil: Das kommunikative Vorgehen erreicht die Gewalttätigen nicht.



Der ideenreiche Typ (Kreativtypus)

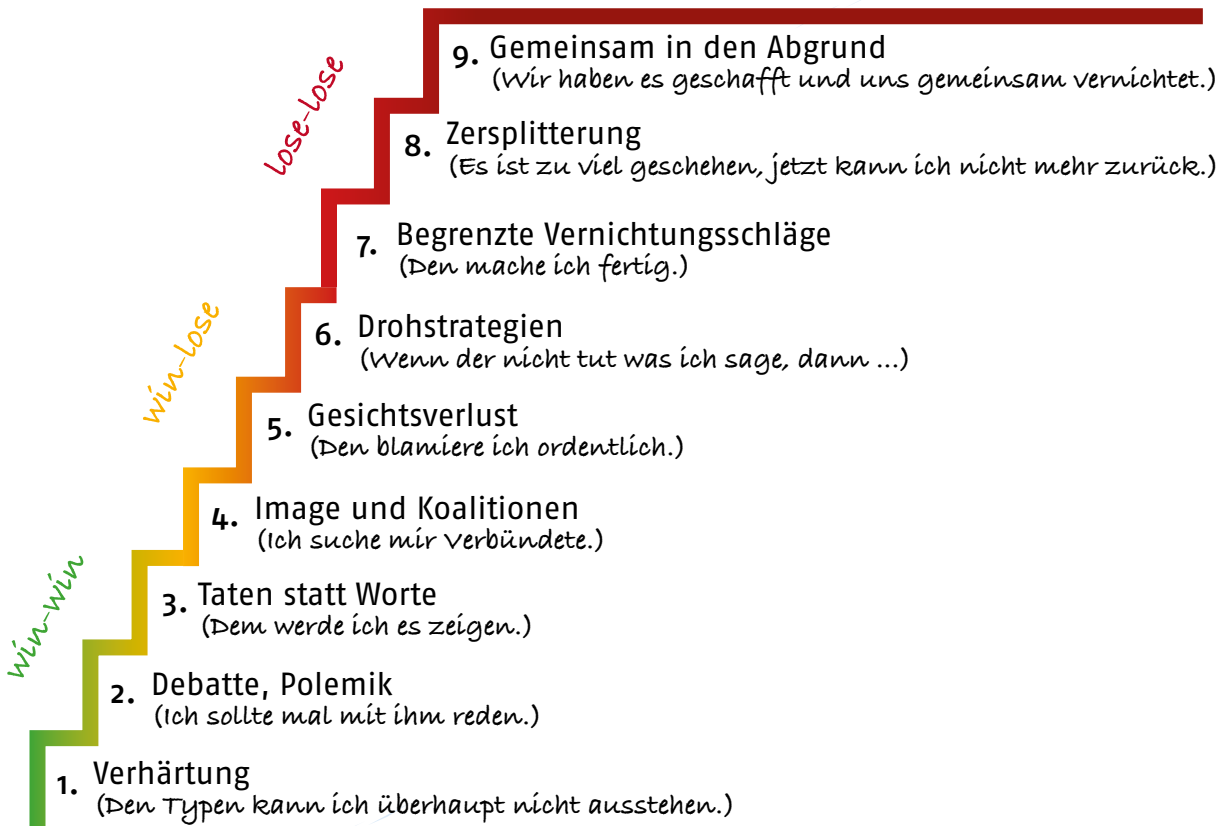
versucht durch ideenreiche Ablenkungsmanöver die Gewalt zu unterbrechen.

Vorteil: er schafft Überraschungseffekte, die eventuell zum Gewaltabbruch führen.

Nachteil: Gewalttätige fühlen sich nicht ernst genommen.

Wie eskalieren Konflikte?

Um zu verstehen, wann das Aussteigen aus einem Konflikt gelingen kann, ist es sinnvoll, sich den Verlauf eines Konfliktes genauer anzuschauen. Friedrich Glasl hat dazu ein Modell mit neun Eskalationsstufen entwickelt. Mit jeder Stufe wird das Verhalten der Konfliktpartner immer feindseliger.



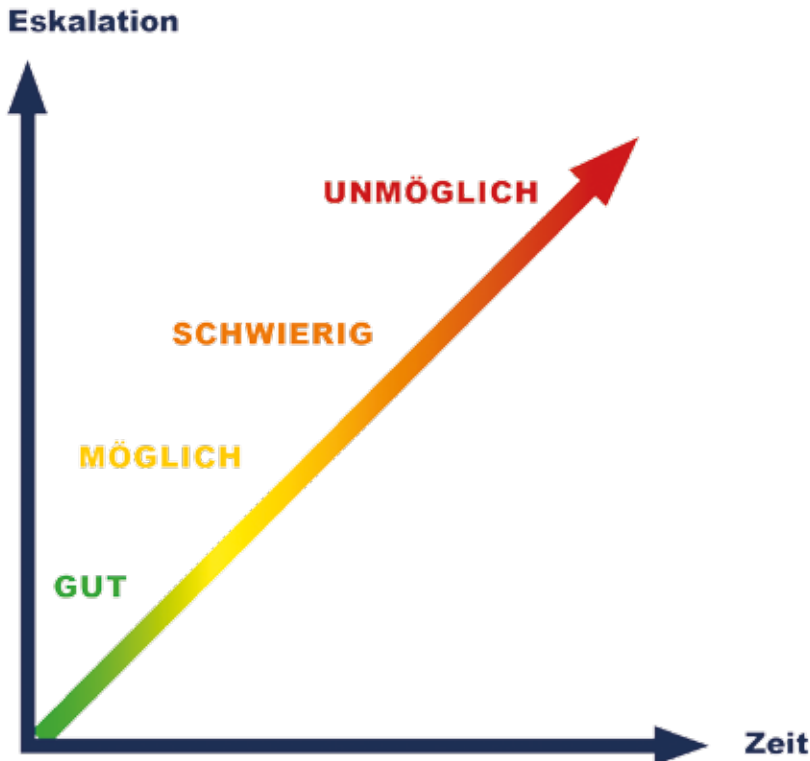
- Erfolgt ein Ausstieg während der **Stufen 1-3**, gehen beide Konfliktparteien noch als „Gewinner“ aus dem Konflikt.
- Erfolgt ein Ausstieg während der **Stufen 4-6**, steht einer der Konfliktpartner als „Gewinner“ und einer als „Verlierer“ da.
- Eskaliert der Konflikt bis zu den **Stufen 7-9**, sind beide Konfliktpartner „Verlierer“.

(nach Friedrich Glasl: Konfliktmanagement. Ein Handbuch für Führungskräfte, Beraterinnen und Berater; Bern 2009)

Rechtzeitig aus einem Konflikt aussteigen

Ein Aussteigen aus dem Konflikt wird immer schwieriger, je länger der Konflikt dauert.

Konflikteskalationschancen

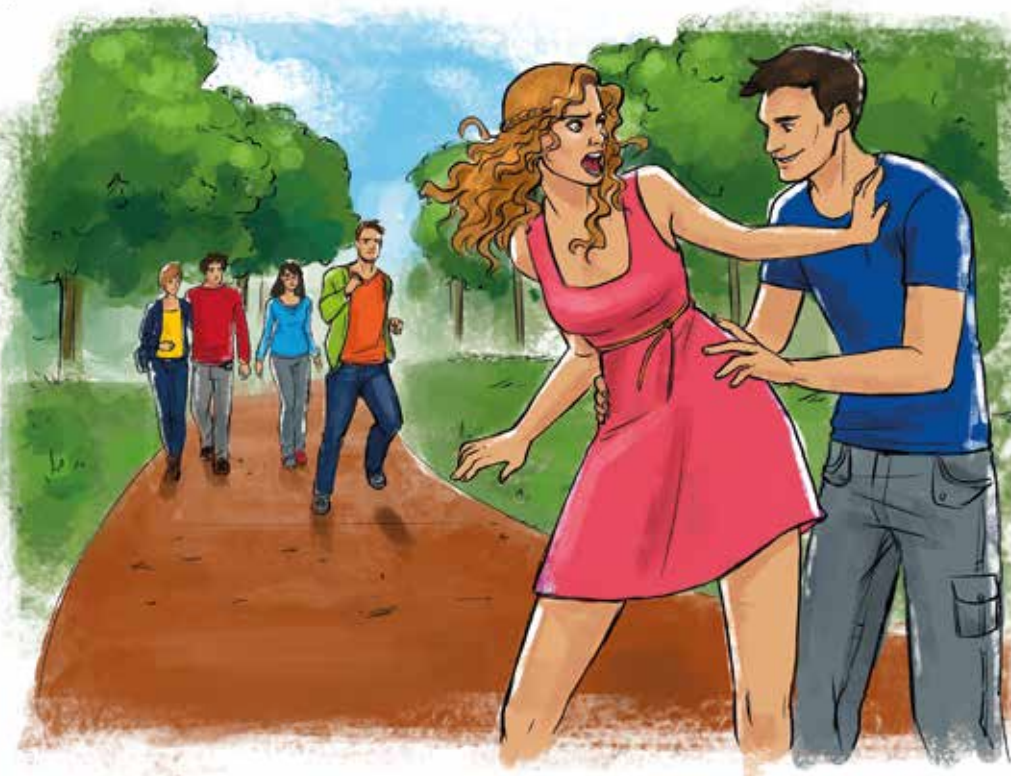


Nur durch sofortiges Eingreifen ist ein früher und relativ leichter Ausstieg aus dem Konflikt möglich.

Aus dem Konflikt aussteigen – aber wie?

Wenn du aus einem Konflikt aussteigen willst, dann darfst du nicht in der Opferrolle bleiben, sondern du musst

- sofort aktiv werden,
- deutlich zeigen, dass du mit dem Verhalten des Täters nicht einverstanden bist,
- Distanz herstellen und dich aus dem „Magnetfeld“ des Täters herausbewegen,
- Öffentlichkeit herstellen
 - durch gezieltes Ansprechen von Leuten, die sich in der Nähe aufhalten,
 - durch lautes Schreien und um Hilfe rufen,
 - indem du nicht anwesende Personen oder sogar die Polizei über den Tathergang/den Konflikt informierst.



Richtiges Opferverhalten

Gerätst du als Opfer in einen Konflikt oder eine Gewaltsituation, zeige sofort deutlich, dass du mit dem Verhalten des Täters nicht einverstanden bist.

Ein möglichst früher Ausstieg ist wichtig!

- Schaffe Distanz zum Täter!
- Trete selbstbewusst auf (aufrechte Körperhaltung, mit beiden Beinen fest auf dem Boden stehen)!
- Nimm direkten Blickkontakt zum Täter auf!
- Wirke durch deine Gestik und Mimik authentisch!
- Sprich laut und deutlich!
- Bewege den Täter mit Ich-Botschaften zum Unterlassen seines Verhaltens!
- Stelle Öffentlichkeit her,
 - indem du andere Personen direkt ansprichst („He, Sie da im grünen Hemd, bitte helfen Sie mir!“)
 - indem du laut wirst und um Hilfe rufst,
 - indem du andere Personen vor Ort oder abwesende Personen über die Situation informierst („Ich werde bedroht, bitte helfen Sie mir!“, Eltern und/oder Lehrern über wiederkehrende bedrohliche Situationen informieren, ggfls. die Polizei hinzuziehen)!



Richtiges Helferverhalten

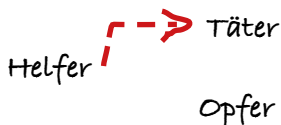
Treffen folgende drei Punkte zu, greife als Helfer in einen Konflikt ein:

- Du nimmst den Konflikt/die Gewaltsituation wahr.
- Du interpretierst die Situation als hilfebedürftig.
- Das Eingreifen in die Situation führt nicht dazu, dass du dich in Gefahr begibst, und du geschädigt wirst.

BEACHTE:

Sprich nicht den Täter, sondern das Opfer und weitere Personen im Umfeld gezielt an!

Nicht so,



sondern so hilfst du richtig:



Schaffe Distanz zwischen Täter und Opfer und hole das Opfer aus dem Magnetfeld des Täters heraus!

Wenn du

- den Konflikt/die Gewaltsituation wahrnimmst
- und du die Situation als hilfebedürftig interpretierst,
- ABER ein Eingreifen in die Situation dazu führen würde, dass du dich selbst in Gefahr begibst,

dann verhalte Dich so:

- Werde laut und stelle Öffentlichkeit her!
- Gib Informationen an andere Personen weiter!



Notizen



A series of horizontal dotted lines for writing notes, spanning the width of the page.

Notizen



A series of horizontal dotted lines for writing notes, spanning the width of the page. The lines are evenly spaced and extend across the entire width of the page, providing a guide for handwriting. The bottom section of the page also features a light blue background with white brush-stroke-like patterns, mirroring the top section.

Notizen



A series of horizontal dotted lines for writing notes, spanning the width of the page.

Notizen



A series of horizontal dotted lines for writing notes, spanning the width of the page. The lines are evenly spaced and extend across the entire width of the page, providing a guide for handwriting. The bottom section of the page also features a light blue background with white brush-stroke-like patterns, mirroring the top section.

Notizen



A series of horizontal dotted lines for writing notes, spanning the width of the page.

Notizen



A series of horizontal dotted lines for writing notes, spanning the width of the page. The lines are evenly spaced and extend across the entire width of the page, providing a guide for handwriting. The bottom section of the page also features a light blue background with white brush-stroke-like patterns, mirroring the top section.

Notizen



A series of horizontal dotted lines for writing notes, spanning the width of the page.

Notizen



A series of horizontal dotted lines for writing notes, spanning the width of the page. The lines are evenly spaced and extend across the entire width of the page, providing a guide for handwriting. The bottom section of the page also features a light blue background with white brushstroke patterns, mirroring the top section.

Notizen



A series of horizontal dotted lines for writing notes, spanning the width of the page.

Notizen



A series of horizontal dotted lines for writing notes, spanning the width of the page. The lines are evenly spaced and extend across the entire width of the page, providing a guide for handwriting. The bottom section of the page also features a light blue background with white brush-stroke-like patterns, mirroring the top section.

Notizen



A series of horizontal dotted lines for writing notes, spanning the width of the page.

Notizen



A series of horizontal dotted lines for writing notes, spanning the width of the page.

Notizen



A series of horizontal dotted lines for writing notes, spanning the width of the page.

Notizen



A series of horizontal dotted lines for writing notes, spanning the width of the page. The lines are evenly spaced and extend across the entire width of the page, providing a guide for handwriting. The bottom section of the page also features a light blue background with white brushstroke patterns, mirroring the top section.

Notizen



A series of horizontal dotted lines for writing notes, spanning the width of the page.

Notizen



A series of horizontal dotted lines for writing notes, spanning the width of the page.

Notizen



Wichtige Telefonnummern

Notruf/Polizei

110

Notarzt/Feuerwehr

112

Kontakt VRN Schulservice

Verkehrsverbund Rhein-Neckar GmbH
Schulservice
B1, 3-5
68159 Mannheim

Tel.: 0621.10770-138

Fax: 0621.10770-170

E-Mail: m.klaus-neunaber@vrn.de

Infos auch unter www.vrn.de → Service → Schulservice.

Servicenummer

01805.8 7 6 4 6 3 6*

Kostenlose VRN-App für Smartphones
www.vrn.de

* 14 Cent/Min. aus dem Festnetz, max. 42 Cent/Min. aus Mobilfunknetzen