

1. Einleitung

Warum ein „Konflikt-Erste-Hilfe-Kasten“?

Konflikte und auch körperliche Auseinandersetzungen gehören zum Alltag in Kindertagesstätten und Schulen. Kinder lernen im Umgang miteinander nicht nur Sprache und Spiel, sondern auch, wie man mit Ärger, Frust und Wut umgeht. Gewalt ist dabei kein Zeichen von „schlechtem Kind“, sondern oft ein Ausdruck von Überforderung, fehlenden Strategien oder unerfüllten Bedürfnissen.

Für Pädagoginnen und Pädagogen bedeutet das: Sie stehen täglich vor der Herausforderung, schnell und gleichzeitig einfühlsam zu reagieren. In stressigen Situationen bleibt oft wenig Zeit zum Nachdenken – und genau hier soll dieser „Konflikt-Erste-Hilfe-Kasten“ unterstützen.

Ziel dieses Materials

Dieses Material bietet:

- **klare Sofortmaßnahmen** für akute Konfliktsituationen,
- **praktische Methoden** für die ersten Minuten nach einem Vorfall,
- **bewährte Hilfsmittel** für den Alltag,
- **präventive Strategien**, um Konflikte zu reduzieren,
- **Checklisten und Blitz-Tipps**, die auch in stressigen Momenten handhabbar sind.

Es versteht sich als **praktischer Begleiter**: ein Werkzeugkasten, aus dem Sie je nach Situation auswählen können.

Grundprinzipien

Alle Empfehlungen basieren auf drei einfachen Prinzipien:

1. **Ruhe** – Kinder übernehmen die Körpersprache und Stimmung der Erwachsenen.
2. **Sicherheit** – Erst wenn Verletzungsgefahr gestoppt ist, können Lösungen gefunden werden.
3. **Wertschätzung** – Kind mit aggressive Verhalten und betroffenes Kind brauchen gleichermaßen Aufmerksamkeit und Unterstützung.

Merksatz:

👉 **Schnelle Hilfe ist besser als perfekte Hilfe.**

Wenn Sie in einem Moment nicht alles „richtig“ machen können, ist das völlig in Ordnung – wichtig ist, dass Sie handeln, trösten und Orientierung geben.

2. Akute Situation – Sofortmaßnahmen (0–2 Minuten)

Wenn ein Konflikt oder eine körperliche Auseinandersetzung **gerade passiert**, zählt jede Sekunde. Kinder brauchen in diesem Moment Orientierung, Schutz und eine klare Führung. Die ersten zwei Minuten entscheiden oft darüber, ob die Situation sich beruhigt oder weiter eskaliert.

✓ **Schritt 1: Ruhe bewahren**

- Atmen Sie tief durch, bevor Sie handeln.
- Ihre Körpersprache wirkt stärker als Ihre Worte: Kinder spüren sofort, ob Sie angespannt oder ruhig sind.
- Eine klare, ruhige Stimme wirkt deeskalierend.

✓ **Schritt 2: Sicherheit schaffen**

- Trennen Sie die Kinder sofort voneinander.
- Stellen Sie sicher, dass keine Verletzungsgefahr mehr besteht (z. B. Abstand schaffen, gefährliche Gegenstände wegnehmen).
- Bleiben Sie körperlich präsent, aber ohne Aggression.

✓ **Schritt 3: Kurz & klar intervenieren**

- Verwenden Sie einfache, eindeutige Sätze:
„Stopp! Hier wird nicht geschlagen.“
- Keine langen Erklärungen – Kinder in emotionaler Aufregung können komplexe Sprache nicht verarbeiten.

✓ **Schritt 4: Beide Kinder beachten**

- Sowohl das Betroffene als auch das Herausfordernde Kind brauchen Ihre Aufmerksamkeit.
- Das Betroffene Kind braucht Trost und Schutz.
- Das Herausfordernde Kind braucht Orientierung und Grenzen – aber keine Beschämung.

✓ **Schritt 5: Emotionen spiegeln**

- Anerkennen, dass Gefühle erlaubt sind, aber Gewalt nicht:
„Du darfst wütend sein – aber schlagen tut weh.“
- Durch Spiegeln lernen Kinder, ihre Gefühle wahrzunehmen und zu benennen.

👉 **Merksatz für die Praxis:**

Ruhe – Sicherheit – Klarheit – Aufmerksamkeit – Empathie

Diese **fünf Elemente** helfen, akute Situationen in den ersten zwei Minuten wirksam zu entschärfen.

3. Erste Interventionen (2–10 Minuten)

Nachdem die akute Situation unterbrochen und Sicherheit hergestellt wurde, beginnt die Phase der **ersten Interventionen**. Diese Minuten sind entscheidend, um den Vorfall aufzuarbeiten, Gefühle zu sortieren und den Kindern neue Handlungsalternativen zu zeigen.

Empfehlung: Innere Wahrnehmung und Selbstreflexion

Was passiert in mir, wenn ich eine schwierige Situation beobachte?

- Pausieren Sie bewusst, bevor Sie handeln
- Spüren Sie in sich hinein: Welche Emotion kommt zuerst auf?
- Ärger? Sorge? Hilflosigkeit? Ungeduld?
- Reflektieren Sie: "Wenn ich das fühle, wie mag es dann dem Kind gehen?"

Praxisübung:

- Atmen Sie 3x tief durch
- Fragen Sie sich: "Was brauche ich jetzt in dieser Situation?"
- Übertragen Sie diese Erkenntnis auf das Kind – könnte das dem Kind auch helfen?

Merksatz: *Nur wer seine eigenen Gefühle kennt, kann die Gefühle der Kinder verstehen.*

1. Verletzte Kinder trösten und versorgen

- Erste Priorität: das Betroffene Kind
- Körperliche Verletzungen versorgen, wenn nötig.
- Emotionale Unterstützung: beruhigen, in den Arm nehmen, Sicherheit geben.
- Signal: „Du bist wichtig und wirst gesehen.“

2. Verhalten benennen – nicht beschämen

- Beim Herausfordernden Kind: klar das Verhalten, nicht die Person ansprechen. „Du hast gehauen.“ statt „Du bist böse.“
- Kinder lernen so, dass sie **ihr Verhalten ändern können**, ohne ihr Selbstwertgefühl zu verlieren.

3. Kurze Pause ermöglichen

- Beide Kinder brauchen Abstand und Gelegenheit, sich zu beruhigen.
- **Nicht** als Strafe, sondern als Chance zur Selbstregulation.
- **Ideal:** eine Ruhe-Ecke mit Kissen, Sitzsack oder ein stiller Nebenraum.
- **Wichtig:** Das Kind darf dort **wirklich entspannen** – nicht bloß auf einem Stuhl in der Gruppe „still sitzen“.

4. Erklärung für die übrigen Kinder

- Kurze Info an die Gruppe, um Unsicherheit zu vermeiden.
- Beispiel: „Es gab einen Streit, wir klären das jetzt. Alle sind sicher.“
- Signalisiert: Erwachsene haben die Situation im Griff.

👉 5. Das Stopp-Ritual – Schritt für Schritt

Ein kurzes, wiederholbares Ritual, das Kindern hilft, Konflikte zu beenden und neue Handlungsmöglichkeiten zu lernen:

1. **Hand hoch** – „Stopp!“
2. **Stabil stehen** – Füße fest auf den Boden, „klebe dich an die Erde“. (→ Das gibt sofort Halt und Sicherheit.)
3. **Tief einatmen** – einmal tief Luft holen und kurz halten. Die schlechten Gefühle wandern als „Luftball im Bauch“ nach unten.
4. **Stark ausatmen** – die Luft kräftig hinausblasen, damit die schlechten Gefühle weit, weit wegfliegen.
5. **Gefühle benennen** – das Kind sagt selbst, wie es sich jetzt fühlt (mit Gefühlkarten als Hilfe).
6. **Alternative zeigen** – „Das nächste Mal kannst du sagen: ...“
7. **Wiedergutmachung** – gemeinsam überlegen: „Wie können wir das wieder gut machen?“

Dieses Ritual gibt Struktur, fördert Selbstreflexion und stärkt die soziale Kompetenz aller Beteiligten.

👉 **Merksatz:**

Nach der Trennung kommt die Orientierung.

Kinder brauchen nicht nur „Stopp“, sondern auch eine Perspektive, wie es weitergeht.

6. Wie beenden wir eine angespannte Situation?

1. Sicherheit wiederherstellen

- Kurzes, klares Signal: „*Jetzt ist alles in Ordnung.*“
- Kinder räumlich ordnen: Wer Abstand brauchte, darf zurück in die Gruppe – aber ohne Zwang.

2. Beruhigende Übung einbauen

- **Luft-Kloß-Atmung** (einzeln oder gemeinsam).
- Oder eine kurze **Ausschüttel-Übung**: „*Schüttelt Arme und Beine, als ob Wassertropfen darauf wären.*“

3. Übergang zur nächsten Aktivität

- Mit einem vereinbarten Signal (z. B. Klatschen, Liedanfang).
- So bekommt die Gruppe einen klaren Rahmen und Fokus.

4. Positive Rückmeldung geben

- Kurz anerkennen: „*Das habt ihr gut geschafft.*“ oder „*Ich sehe, ihr seid jetzt viel ruhiger.*“
- Wichtig: Es geht nicht um Entschuldigung oder Entlastung der Täter, sondern um Stärkung der Gruppenstimmung.

7. Selbstfürsorge für Pädagogen

Sofort-Maßnahmen:

- Tief durchatmen
- Körper checken – wo bin ich gespannt
- Kurz reflektieren: „Ich habe richtig gehandelt“

Nachbereitung mit dem Team:

- Ohne Schuldzuweisung
- Präventive Maßnahmen überlegen

Merksatz: *Ihre Stabilität ist das Sicherheitsnetz der Kinder.*

Praxis-Tipp: *Nehmen Sie sich nach jeder Krise 2 Minuten für bewusste Atmung.*

Jede schwierige Situation birgt eine Chance: die Chance, einem Kind zu zeigen „*Du bist nicht allein mit dem, was du fühlst.*“

Wenn Pädagogen mit Klarheit und Empathie handeln, entsteht ein Kreislauf:

- **Sicherheit → Vertrauen → Kooperation → Selbstregulation**
- **und genau das schützt langfristig vor Gewalt**

