No risk. No fun – Konfliktbewältigung in psychosozialen Gruppen

Zusammenfassung des Workshops 5

Petra Glasmeyer

Selbsthilfekontaktstelle Mittelhof e.V., Berlin

In diesem mit jeweils 25 Teilnehmerinnen und Teilnehmern gut besuchten Workshop hatten sich Petra Glasmeyer und Jens Erik Geißler des Arbeitskreises Fortbildung in Berlin zwei Aufgaben gestellt; zum einen verschiedene Methoden zur Bewältigung von Konflikten für die Teilnehmer anzubieten und zum anderen, den Spaß an der Sache nicht aus den Augen zu verlieren. Getreu dem Motto; No risk, no fun.

Dementsprechend war viel Interaktivität, also Mitmachen pur, für die Teilnehmer/innen angesagt. In der ersten Übung zum Kennen-lernen, dem „Wetterbericht“, ging es dann schon um die *persönliche Konflikthaltung*. Wo und wie man sich wohlfühlte, durften sich die Teilnehmer/innen auf einer Skala von 0 =“Flaute“ bis 10 =“Orkan“ einordnen.

Das Bild war bunt, wie das Foto zeigt.

Derart angewärmt ging es in die zweite Runde, dem „Speed-Dating“, wobei sich die Teilnehmer/innen mit jeweils wechselnden Partner/innen intensiv zu den folgenden Fragen austauschen konnten:

1. Welche Gruppenkonflikte habt ihr schon erlebt?
2. Wie erfahrt ihr / bekommt ihr Kenntnis von Konflikten?
3. Welche positiven Aspekte habt ihr durch Konfliktbewältigung erlebt / könnt ihr euch vorstellen?

Die Ergebnisse der drei Fragerunden sind zunächst stichwortartig auf Pinnwänden zusammengetragen und später noch einmal im Plenum vertieft diskutiert worden.

Welche Gruppen-
Konflikte hast ihr schon
erlebt?
Nachfolge
Unterschiedl. Erwartungshaltung
unterschiedliche Interessen/Ziele
Gruppenspaltung
Unterschiedl. Erwartungshaltung an Gruppentreffen (Klönen oder Inhalte)
Abgrenzung
Besserwisserei
Misstrauen i. d. SHG
Spaltung
Süchtgruppen grenzen sich
Offenheit gegenüber Neuen
Neuzugänge (Reinwachsen)
Cliquenbildung
Fachliches Dokäre
Gestaltung der Treffen (Gruppe)
aggressives Verhalten
Persönliche Befindlichkeiten
was ist richtig was ist falsch
Akut Erkrankte sprengen die Gruppe
Macht-kämpfe
Machtkonflikte
Ausgrenzung
Ausschluß eines Gruppenmitgliedes
"heimlicher" persönlicher Konflikt
unterschiedliche Erwartungshaltungen
Gruppenregeln
Konsum-verhalten von Neuen
keine Transparenz bei Mittelverwendung
Konkurrenz
Schwerpunkt-Diskussion
Dominanz-Gehabe
Einigung über Anzahl der monatl. Treffen
Neue Gruppen Gründung wird durch Alte ausgebremst
Leitungsstil
Konsumenten-haltung
persönliche Differenzen
wenige Übernahme Verantwortung
Gruppenstil
dominante Personen
Koalitionen in der Gruppe
Hierarchie-gerangel
Leitungsfrage

Wie erfahrt ihr / bekommt ihr Kenntnis von Konflikten?
informell, vertraulich
„Buschfunk"
Gruppensprecherin ruft an
Gruppenmitglied ruft an
Beobachten Nachfragen offenbaren
Moderierte Supervision
Kollegiale Supervision
Aufrufe von Gruppen aktiv sein?
über Dritte
indirekt über andere
Gerüchte
Fortbildungswünsche
Gruppentreffe / Fortbildung
Rückmeldung neuer Teilnehmerin
Hören / Sagen
Sprecher ruft an
persönlicher Kontakt mit Gruppenleiterin
persönlicher Kontakt mit Gruppenmitgliedern
einzelne Mitglieder
Gruppenleiterin
gemeinsame Veranstaltungen
Direkte Ansprache
auf Gesamttreffen + Fabis
Gesamttreff
per mail
per Telefon oder Mail
Vertrauen und Beziehung
TN sprechen uns an.
Mundmal 'Auftrag' aus d. Gruppe
aus der Zeitung
„kurz vor der Auflösung"
wenn Gruppe sich gar nicht meldet

Welche positiven Aspekte hast ihr durch Konfliktbewältigung erlebt/ könnt ihr euch vorstellen?
Gruppenziele werden klarer bzw. neu gestaltet
Bereitschaft zum Wir
Gewissheit für SHG-Regeln
Offen für Neue nach Konflikt
Motivationsschub
Neue Ja zu der Gruppe
Lösung geht neuen Weg
Neue Erfahrungen
Klarheit schaffen
Zusammengehörigkeitsgefühl
Entlastung
Klarheit
inneres Wachstum
ggs Respekt & Akzeptanz
eigene Anteile erkennen
Gruppen-Stabilisierung
Emotionalität zulassen + zu handeln
nach Konflikt → Wieder Konzentration auf das eigentl. Thema möglich
Entwicklung von Lösungsstrategie
„BEREINIGUNG"
Offenheit kann entstehen
lernen „Dinge" offen anzusprechen
mehr Gelassenheit
Vereinbarungen treffen / strukturiert arbeiten
jede/r überprüft eigene Anteile
- Beteiligung
- Konflikte als Chance wahrnehmen
erfordert Mut
- stärkt für zukünftige Konflikte
Gruppenstärkung - Gruppe wächst zusammen
Persönliches Wachstum
- wie wirke ich auf Andere
- meine Rolle in der Gruppe
- Sachlichkeit
Gruppe gestärkt
Neue Gruppengründung
Dominanz einzelner wird nun „verteilt" - sondern sich
Offenheit Vertrauen
Bodenkontakt, Bezug zur Basis
Klare Vereinbarung, kreative Impulse
Gruppenzusammenhalt wird gestärkt
Wind durch Neue Mitstreiter
Gruppenleben wird wiederbelebt
Arbeitsfähigkeit wieder hergestellt
Stärkung der SHG
Erfahrungsaustausch
achtsamer Umgang in der Gruppe
Weiterentwicklung
Gespräche führen
Neue Qualität
Luft bereinigt
RESSOURCEN MOTIVATIONEN
Gruppe wächst wieder neu zusammen.
Anruf
FREIGABE ÖFFNUNG
durch Konflikt eigene Position / Haltung / Weg finden müssen
Selbstbewusstsein Einzelner gestärkt

In der nächsten Übung waren die Teilnehmer/innen eingeladen, aktiv den Umgang mit Konflikten zu üben. In einer „Triade“, einer Dreiergruppe, durfte jede/r Teilnehmer/in jeweils einmal ein Konfliktthema einbringen, eine Gegenposition einnehmen und auch einmal das Konfliktgespräch moderieren. Das Moderieren hatte aber seine Tücken, da die Aufgabe darin bestand, lediglich *das gegenseitige Verstehen* zu unterstützen. Es ging also nicht darum Lösungen zu generieren, sondern bewusst die gegensätzlichen Haltungen und Motive der Parteien zu ergründen und so eine Basis für einen folgenden Verständigungsprozess zu bilden.

Hier lag das Hauptaugenmerk des Workshops und so manche/r Teilnehmer/in hatte einen „Aha-Effekt“, dass häufig zu früh in die Konfliktlösung gegangen wurde und die Methode „Verstehen vor Lösen“ viel Potential für die Meinungsvielfalt im Gruppenalltag bringen kann.

Fast zum Ende des Workshops ging es bei einem kurzen „Brainstorming“ um die Frage, was beim Eskalieren von Konflikten zu beachten ist. Einige Möglichkeiten sind hier zusammengefasst:

Methoden zur Konfliktbewältigung	
• Verstehen vor Lösen • intensives Klären – Geduld • keine Angst vor unterschiedlichen Meinungen • Empathie, Gefühlen Raum lassen • Verstehen! • für Lösungen <u>nicht</u> verantwortlich • Allparteilich • Übersetzer/in • Zuschreibungen überprüfen • eigenes Konfliktverhalten überprüfen	• gesamte SHG in Konfliktbewältigung integrieren • Vertrauen in Potential der SHG • Konflikte gruppenspezifisch • Erwartungsklärung • Vorgespräche möglich • „GfK“ Gewaltfreie Kommunikation • „Timeline“ der Konflikte • jeden hören (verstehen) • Gruppe spielt – Kontrahenten sehen und hören zu

Bei Eskalationen:
• Moderation anbieten (Gruppenauftrag einholen) • Supervision • Gruppenauflösung / trennen • Regeln zur Klärung aufstellen / vereinbaren • Verweise aussprechen • Geduld – Zeit spielen lassen

Den Abschluss des Workshops bildete eine Feedbackrunde, bei dem die Teilnehmer/innen ihre Erkenntnisse und ihre Gedanken, aber auch ihre Wünsche oder was zu kurz bei dieser Veranstaltung kam, äußern konnten. Demnach haben die Teilnehmer/innen viel praktische Unterstützung erfahren und die interaktive Methodik begrüßt, hätten sich aber oft mehr Zeit zum Vertiefen und weiterführende Diskussionen gewünscht.

Die Referenten Petra Glasmeyer und Jens Erik Geißler des Arbeitskreises Fortbildung in Berlin bedanken sich noch einmal für die aktive Teilnahme aller Teilnehmer/innen und möchten wegen der Frage nach vertiefenden Angeboten zu diesem oder weiteren Themen rund um die Selbsthilfe einen Link zum Fortbildungsprogramm beifügen:

http://www.sekis-berlin.de/uploads/media/Aktiv_in_Selbsthife_2015.pdf

Alle Fotos: Petra Glasmeyer, Jens Erik Geißler