

Konfliktfähigkeit als Kompetenz



Mit Konfliktfähigkeit ist die Kompetenz gemeint, einen Konflikt anzunehmen und ihn konstruktiv zu bewältigen. Dabei geht es nicht nur um die Suche nach einer angemessenen Lösung, sondern auch um das Schaffen eines Rahmens, der eine „Streitkultur“ unterstützt. Eine Streitkultur zu besitzen bedeutet, den eigenen Standpunkt vertreten zu können, ohne dem Anderen abzusprechen, dass auch er einen abweichenden Standpunkt besitzt und besitzen darf. Dies schließt die Überzeugung ein, dass ein Streit grundsätzlich etwas Bedeutendes hervorbringen kann, da er alte Normen und Fakten infrage stellt und auch Alternativen parat hält, unabhängig davon, wie nützlich, überholt oder angemessen das Bewährte auch ist.

Eine wichtige Voraussetzung für eine Streitkultur ist die Einsicht, dass das Bemühen um Konfliktlösungen die Aufgabe aller Beteiligten ist. Nur wenn alle Parteien daran mitwirken, kann eine tragfähige und dauerhafte Lösung erreicht werden. Sicher fällt es manchen von uns schwer, seine Meinung zu sagen oder persönliche Interessen zu vertreten. Aber wer sich damit schwer tut, kann zum Beispiel im Rahmen der Hilfe zur Selbsthilfe lernen, seine eigenen Interessen zu vertreten, um auf diesem Wege mehr Verantwortung für sich und sein Leben zu übernehmen.

In diesem Sinne kann ein konstruktiver Austausch in Selbsthilfegruppen dazu beitragen, dass wir mit Konflikten freier und offener umgehen und diese nicht mehr als Bedrohung empfinden. Probleme und Krisen sind dazu da, dass sie gelöst werden, denn sind die Würze unseres Lebens, da wir daran wachsen können. Sie sind des Weiteren dazu da, dass man sie relativ schnell klärt, bevor sie weiter eskalieren. Denn je positiver unsere Grundhaltung gegenüber Konflikten ist, desto mehr werden wir daran wachsen.

Folgende Fragen können bei der Lösung von Konflikten hilfreich sein:

- ✚ Um was geht es wirklich in dem Konflikt?
- ✚ Sind uns die „Wurzeln“ des Konflikts bereits bekannt?
- ✚ Welche Konsequenzen sind mit dem Konflikt verbunden?
- ✚ Wie fühlen sich die betroffenen Personen dabei?
- ✚ Wer zieht einen Nutzen aus dem Konflikt?
- ✚ Was haben wir bei der Lösung des Konflikts gelernt?
- ✚ Warum könnte eine konstruktive Streitkultur gerade für unsere Gruppe wichtig sein?
- ✚ Was bedeutet es für uns, wenn wir konstruktiv und kritisch kritisieren miteinander streiten können?