

1. Spielregeln



- Ich erzähle sachlich in der ICH-Form.
- Ich beschimpfe und beschuldige nicht.
- Ich bleibe bei der Wahrheit.
- Ich lasse das Andere ausreden.
- Alles, was wir hier besprechen, bleibt unter uns.
- Ich helfe eine Lösung finden.

2. Gespräch



- Ich sage...
 - was ich fühle,
 - was mich verletzt hat,
 - ob ich böse, wütend oder traurig bin.
- „Das möchte ich nicht...“
- „Das möchte ich ...“
- Was fühle ich, nachdem ich die andere Seite gehört habe?

3. Lösungen



- Ich bringe Lösungsvorschläge.
- Das Andere schlägt auch Lösungen vor.
- „Das möchte ich...“
- „Ich hätte gern, dass du dies tun würdest...“

4. Einigung



- Wir einigen uns auf den besten Lösungsvorschlag.
- Wir machen wieder Frieden.
- Wir füllen zusammen das Friedensblatt aus und geben die Unterschrift.