

Anleitung „Friedenstreppe entdecken“



30 Minuten



Klassenzimmer



- RAKUNS-Geschichte
- Regeln und Stufen der Treppe
- 7 Reifen

Vorbereitung

- Drucken Sie die Regeln und Stufen der Friedenstreppe aus und laminieren Sie die einzelnen Kärtchen.
- Halten Sie die RAKUNS-Geschichte bereit.
- Legen Sie 7 Reifen in einer Reihe hintereinander auf den Boden. Sie symbolisieren die Stufen der Friedenstreppe.

So geht's

1

Setzen Sie sich mit den Kindern im Kreis um die Reifen und lesen Sie die **RAKUNS-Geschichte „Feli, Tom und der Fensterplatz“** vor.

2

Sprechen Sie anschließend mit den Kindern über die Geschichte und über eigene Erfahrungen mit Streit:

- Was ist in der Geschichte passiert?
- Habt ihr euch schon einmal mit jemandem gestritten?
- Wie habt ihr euch dabei gefühlt?
- Konntet ihr eine Lösung finden? Wie?

3

Erklären Sie den Kindern, dass sie nun eine Methode kennenlernen, mit der sie Streit selbstständig und fair lösen können: **die Friedenstreppe**.

4

Besprechen Sie gemeinsam die **OMA-Regel**. Erklären Sie den Kindern, dass diese Regeln immer gelten, wenn die **Friedenstreppe** genutzt wird.

5

Bitten Sie zwei freiwillige Schüler*innen, die Rollen von Feli und Tom aus der Geschichte zu übernehmen. Die beiden Kinder stellen sich in die äußersten Reifen und schauen sich an.

Hinweis

Alternativ können Sie auch eine andere typische Streitsituation aus dem Schulalltag verwenden.



DIE RAKUNS

Das gesunde Klassenzimmer

ikkclassic

**STIFTUNG
KINDER
GESUNDHEIT**

Anleitung „Friedenstreppe entdecken“



7

Fragen Sie nach dem Rollenspiel die beiden Kinder:

- Wie habt ihr euch auf der Friedenstreppe gefühlt?
- Wie war es, den Streit so zu lösen?

6

Moderieren Sie den Ablauf auf der Friedenstreppe mithilfe der Moderationskarten. Legen Sie die OMA-Regeln zur Erinnerung gut sichtbar auf den Boden.

- Nach jedem Schritt dürfen die Kinder in den nächsten Reifen treten und so einen Schritt aufeinander zugehen.
- Auf der letzten Stufe stehen beide gemeinsam im mittigsten Reifen, beschließen gemeinsam eine Lösung und beenden den Konflikt mit einer Versöhnungsgeste (z. B. Handschlag, High Five).

8

Erklären Sie der Klasse, dass sie die Friedenstreppe bei eigenen Konflikten nutzen können. Dabei kann es hilfreich sein, eine neutrale Person (z. B. ein Kind oder eine Lehrkraft) als Moderator*in hinzuzuziehen.

9

Wiederholen Sie abschließend gemeinsam die OMA-Regeln, die Schritte der Friedenstreppe und Situationen, in denen die Friedenstreppe helfen kann.



DIE RAKUNS

Das gesunde Klassenzimmer

ikkclassic

**STIFTUNG
KINDER
GESUNDHEIT**

RAKUNS-Geschichte

„Feli, Tom und der Fensterplatz“

Wie jeden Morgen fährt Faultier Feli mit dem Fahrrad in die Schule. Fröhlich läuft sie zu ihrem Klassenzimmer. Sie freut sich darauf, ihre Freundinnen und Freunde wiederzusehen und auf ihrem Lieblingsplatz in der zweiten Reihe am Fenster zu sitzen.

Als Feli ins Klassenzimmer stürmt, bleibt sie plötzlich stehen. Ihr Platz ist besetzt! Auf ihrem Lieblingsplatz sitzt Waschbär Tom. „Gehst du bitte weg Tom? Das ist mein Platz!“, beschwert sich Feli. Doch Tom antwortet nur: „Tja, ich war zuerst da. Du musst dich woanders hinsetzen.“ „Aber ich sitze jeden Tag dort!“, ruft Feli. „Und ich will auch mal am Fenster sitzen!“, erwidert Tom. Feli wird immer wütender. „Das ist gemein!“ Tom verschränkt die Arme. „Du bist doch selbst gemein!“

Und dann schreien beide durcheinander. Tom wirft vor Wut seinen Radiergummi in Felis Richtung. Feli stampft mit dem Fuß auf. Die anderen RAKUNS schauen erschrocken zu. Aus einer kleinen Meinungsverschiedenheit ist ein richtiger Streit geworden.



Druckvorlage:

Regeln und Stufen der Friedenstreppe

OMA-Regeln



Ohren: Ich höre dir gut zu.



Mund: Ich spreche freundlich und respektvoll.



Augen: Ich schaue dich an, wenn du sprichst.

1. Stufe: Erzählen

Was ist passiert?

Wie hast du dich gefühlt?

Wie?

- Nicht unterbrechen
- Gut zuhören



2. Stufe: Wiederholen



Erzähl bitte mit deinen eigenen Worten, was dein Gegenüber gesagt hat.

Wie?

- In eigenen Worten sprechen
- Verbessern, wenn etwas nicht stimmt

3. Stufe: Lösungen finden

Wie könnt ihr den Streit lösen?

Wie?

- Beide machen Vorschläge
- Alle Ideen sind erlaubt



4. Stufe: Sich vertragen



Was vereinbart ihr?

Wie?

- Beide entscheiden sich gemeinsam für eine Lösung
- Versöhnungszeichen als Abschluss (z.B. High Five, Handschlag)

Arbeitsblatt:

Die Friedenstreppe

Lies die Aussagen der RAKUNS. Überlege, zu welcher Stufe der Friedenstreppe jede Aussage passt. Schreibe die passende Zahl in den Kreis.


Sich vertragen 4

Was vereinbart ihr?

7



Lösungen finden 3

Wie könnt ihr den Streit lösen?

8



Wiederholen 2

Erzähl bitte mit deinen eigenen Worten, was dein Gegenüber gesagt hat.

2



Erzählen 1

Was ist passiert?
Wie hast du dich gefühlt?

1


- ☐ „Vielleicht können wir abwechselnd am Fenster sitzen?“
- ☐ „Ich war so wütend, da konnte ich gar nicht mehr richtig denken und habe meinen Radiergummi geworfen.“
- ☐ „Wenn wir Plätze tauschen möchten, fragen wir vorher.“
- ☐ „Du hast dich so auf deinen Lieblingsplatz gefreut und warst überrascht und etwas ärgerlich, als er plötzlich besetzt war.“





DIE RAKUNS

Das gesunde Klassenzimmer



Affirmationskarten

Gemeinsam finden
wir eine Lösung!



Gemeinsam finden
wir eine Lösung!



Gemeinsam finden
wir eine Lösung!



Gemeinsam finden
wir eine Lösung!



Gemeinsam finden
wir eine Lösung!



Gemeinsam finden
wir eine Lösung!



Gemeinsam finden
wir eine Lösung!



Gemeinsam finden
wir eine Lösung!



Gemeinsam finden
wir eine Lösung!



Gemeinsam finden
wir eine Lösung!



Gemeinsam finden
wir eine Lösung!



Gemeinsam finden
wir eine Lösung!



Anleitung „Friedenstreppe einrichten“



15 Minuten



Klassenzimmer



- Regeln und Stufen der Friedenstreppe
- Optional: Reifen, Teppich oder Treppenstufen

So geht's

- Legen Sie gemeinsam mit der Klasse einen ruhigen Ort für die Friedenstreppe fest.
- Nutzen Sie zur Visualisierung der Stufen z. B. eine Treppe, einen Teppich mit markierten Stufen oder Reifen.
- Legen Sie die Regeln und Stufen der Friedenstreppe (Druckvorlage) gut sichtbar am vereinbarten Ort aus, damit sich die Kinder daran orientieren können.

Tipps zur Festigung im Alltag

- 💡 Erinnern Sie die Kinder an die Nutzung der Friedenstreppe und begleiten Sie sie zum Ort. So können Sie darauf achten, dass die Schritte und Regeln eingehalten werden.
- 💡 Fragen Sie einige Tage später nach, ob die vereinbarte Lösung funktioniert oder ob weiterer Gesprächsbedarf besteht.
- 💡 Manche Kinder haben noch nicht die passenden Worte für ihre Gefühle. Gefühlskarten oder Mimik-Übungen helfen Kindern, Gefühle auszudrücken und Konflikte besser zu besprechen.



DIE RAKUNS
Das gesunde Klassenzimmer

ikkclassic

 **STIFTUNG
KINDER
GESUNDHEIT**