

# AB \_\_\_\_\_ STAND

Konfliktgestaltung – Konfliktbearbeitung  
Marc Isert

Hunderte von Tierarten bewegen sich unablässig umeinander im kleinsten Gehölz. Natürlich kommt es vor, dass sie zusammenstoßen, mit oder ohne Absicht, aber jedes Teil der Natur kennzeichnet vor allem eine Balance, eine reibungsfreie Ordnung unter den Dingen. Das auf den ersten Blick zufällig wirkende Muster aller kleinen Bewegungen strebt ständig nach Frieden und Ruhe, wie eng die Ansammlung auch ist.  
Konflikte zu suchen, heißt, sich in der Bewegung der Natur zu verirren.

Ma-Ai ist einer der wichtigsten Begriffe der Kampfkünste. Übersetzen könnte man ihn mit „Abstandsgleichgewicht“ oder „der richtige Abstand“. Der richtige Abstand ist: Keiner kann den anderen unmittelbar mit einem Angriff erreichen.

Auch außerhalb der Kampfkünste bestimmen Abstände unser Leben, richtige und falsche, innere und äußere, bewusste und unbewusste. Oft entstehen „Kämpfe“ aus reinem Unglück, weil man einem „zu nah“ getreten ist.

Konflikte entstehen aus einem Abstandsungleichgewicht. Um einen Konflikt zu regulieren, muss versucht werden, den richtigen Abstand wiederherzustellen.

Das von mir entwickelte Konzept **AB \_\_\_\_\_ STAND** ist weniger analytisch, sondern praktisch angelegt und orientiert sich an der Kampfkunstphilosophie, die den Sieg über sich selbst und nicht über einen Gegner anstrebt. Es wird während meiner Beratungsstunde angeboten und durch Außenaktionen ergänzt (Kendo / Tai-Chi).

Es richtet sich an Schülerinnen und Schüler, die...

- sich in Konfliktsituationen befinden und Hilfe benötigen
- Konfliktgestaltungstechniken lernen möchten
- neugierig sind

Das Training umfasst u.a. folgende Themen (japanische Leitsätze des BUDO):

- Ichi michi issho (Ein Tag-ein Leben) Tu es oder tu es nicht. Es gibt kein Versuchen!
- Shisei (Körper und Geist) Die rechte Haltung entwickeln
- Nana korobi ya oki (Wenn du siebenmal hinfallst, musst du achtmal aufstehen) Angst und Versagen erlaubt!
- Sen no sen (Initiative) Gewinnen ohne Angriff

Angestrebt wird keine konfliktfreie Schule. Konflikte sind wichtig und notwendig für die persönlichen Reifung. Wie im oben ausgeführten Text ist auch die Schule ein „kleines Gehölz“. Zusammenstöße sind unvermeidbar. Ich sehe als Ziel die Etablierung einer Konfliktkultur, die auf Respekt und Gewaltverzicht basiert.