

Konflikte und Konfliktfähigkeit in Gruppen

Eine Gruppe ohne Konflikte gibt es nicht. Es gibt höchsten Gruppen, die ihre Konflikte nicht wahrnehmen und nicht offen bearbeiten. Weil Konflikte Angst machen, vermeiden wir gerne, sie wahrzunehmen. Es ist unter Umständen einfacher, mit einem unausgesprochenen Konflikt „recht und schlecht“ zu leben, indem wir uns vielleicht einreden, es gäbe ihn gar nicht, als ihn offen anzusprechen und damit zuzugeben, dass Unterschiede da sind. Die Suche nach einer Lösung ist immer mühsam, da diese ausgehandelt werden muss. So gibt es Widerstände in uns, die uns zu einer Vermeidung „raten“. Auch haben viele von uns in ihrer Erziehung gelernt, Konflikte als etwas Negatives zu betrachten. Erziehung zu Gehorsam oder Konformität haben dazu beigetragen, Konflikte zu vermeiden, ihnen eher aus dem Weg zu gehen. Denn mit Konflikten zu leben, greift unser Bedürfnis nach Sicherheit und Harmonie an. So ist es für viele von uns schwierig, offene und unsichere Situationen auszuhalten. Konflikte beinhalten jedoch den Anspruch, sich auf andere einzulassen und sich selbst zu verändern. Veränderung wiederum kann Angst machen. Gerade Betroffene und auch Mitbetroffene können davon ein Lied singen.

Dennoch ist es für uns alle wichtig, offener mit Konflikten umzugehen und zu lernen, diese konstruktiv zu bearbeiten. Konfliktfähigkeit ist somit ein bedeutender Aspekt auf dem Weg in eine zufriedene Abstinenz. Daher haben Konflikte im Gruppengeschehen eine wichtige Funktion, damit die Gruppe lernt, offen und sinnvoll mit ihnen umzugehen. Der wichtigste und erste Beitrag dazu ist, Konflikte als notwendig und zu einer Gruppe gehörend anzuerkennen. Konflikte sind demnach keine „Pannen“, sondern, wie betont, ein normales Erscheinungswesen. Wenn die Gruppe das versteht und akzeptiert, wird die Lösung von Konflikten eher möglich sein. Werden Konflikte konstruktiv und fair ausgetragen, führt das dazu, dass in der Gruppe Bewegung entsteht, die produktiv ist, so dass sich Bewusstsein und Einstellungen weiterentwickeln und verändern können. Die Gruppe wird dann mit spannungsreichen Situationen besser umgehen, da die Wirklichkeit breiter wahrgenommen wird und die Toleranz zwischen den Gruppenmitgliedern wächst.

- ✚ *Wie konfliktfähig ist Eure Gruppe?*
- ✚ *Wie nehmt Ihr Konflikte wahr?*
- ✚ *Wie geht Ihr mit Konflikten im Gruppenalltag um?*
- ✚ *Warum erscheint es immer wichtiger, dass heutige Suchtselbsthilfegruppen Konfliktfähigkeit zeigen?*
- ✚ *Was hat das Ganze mit der wachsenden Meinungsvielfalt in unserer Gesellschaft zu tun?*
- ✚ *Wo seht Ihr Unterschiede im Konfliktverhalten von jüngeren und älteren Weggefährten?*
- ✚ *Welche Bedeutung hatte die Erziehung (z. B. in der Familie und in der Schule), wenn es um den Umgang mit Konflikten geht?*
- ✚ *Welche Bedeutung hat die Konfliktfähigkeit allgemein für das abstinente Leben?*
- ✚ *Welche Bedeutung hat sie für Betroffene und Mitbetroffene?*