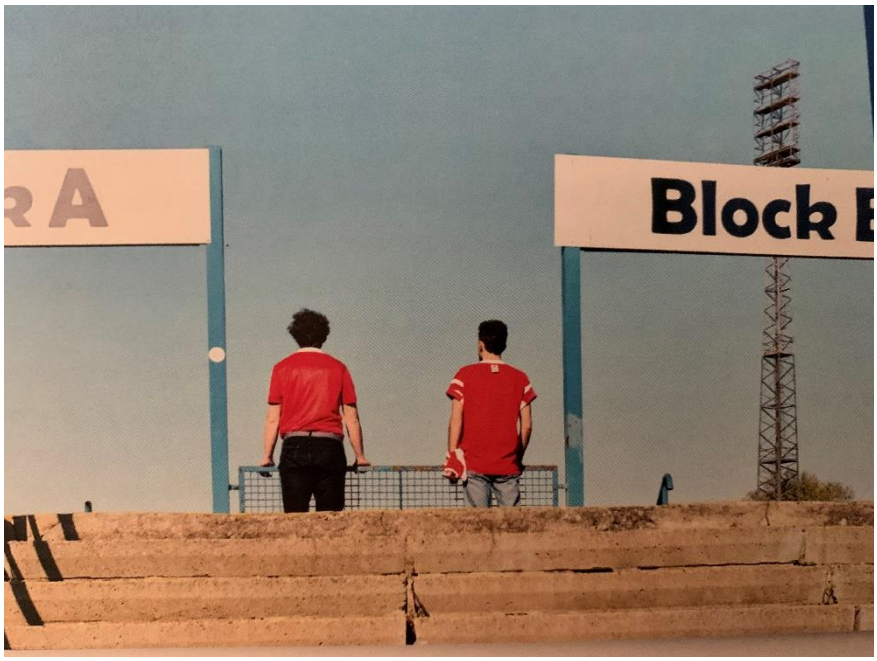
7 WOCHEN OHNE

Die Fastenaktion
der evangelischen Kirche

Woche 5: Geht doch!
So zog Abram herauf aus Ägypten mit seiner Frau und mit allem, was er hatte, und Lot mit ihm ins Südland. Abram aber war sehr reich an Vieh, Silber und Gold. Lot aber, der mit Abram zog, hatte auch Schafe und Rinder und Zelte. Und das Land konnte es nicht ertragen, dass sie beieinander wohnten; denn ihre Habe war groß und sie konnten nicht beieinander wohnen. Und es war immer Zank zwischen den Hirten von Abrams Vieh und den Hirten von Lots Vieh. Da sprach Abram zu Lot: Es soll kein Zank sein zwischen mir und dir und zwischen meinen und deinen Hirten; denn wir sind Brüder. Steht dir nicht alles Land offen? Trenne dich doch von mir! Willst du zur Linken, so will ich zur Rechten, oder willst du zur Rechten, so will ich zur Linken. Da hob Lot seine Augen auf und sah die ganze Gegend am Jordan, dass sie wasserreich war. Da erwählte sich Lot die ganze Gegend am Jordan und zog nach Osten. Also trennte sich ein Bruder von dem andern
Genesis 13, 1-11



Es gibt einen Weg …
von Martin Vorländer

Willkommen in der fünften Woche

Und wenn sie nicht gestorben sind, leben sie noch heute in Frieden miteinander…
So stellt man sich eigentlich Streitschlichtung nach biblischem Vorbild vor. Stattdessen steht am Ende der Bibelstelle: Sie trennen sich. Abram und Lot, sein Neffe. Zunächst lassen sie ihre Herden gemeinsam weiden, sie sind ja eine Familie. Aber das geht nicht gut, es gibt immer wieder Streit. Da macht Abram den ungewöhnlichen Vorschlag: Jeder sucht sich eine Himmelsrichtung. Er lässt Lot sogar den Vortritt, sich das bessere Stück Land auszusuchen.

Schiedlich-friedlich – das muss nicht, aber es kann ein Weg sein, einen Streit auszuräumen.

In der fünften Fastenwoche geht es darum, nach Lösungen für Konflikte zu suchen, die beide Seiten blockieren. Mal nicht auf sein Recht pochen. Mal hinhören, was den anderen wirklich bewegt. Ungewöhnliche Ideen nicht gleich abblocken, sondern erst mal gedanklich durchspielen.
Die Lösung von Abram und Lot ist keine Bilderbuchlösung. Doch sie zeigt: Es gibt einen Weg heraus aus dem Streit.
Geht doch!

Impulsfragen:
1. Der Klügere gibt nach. Stimmt das?
2. Sich trennen – ist das eine Lösung oder eine Kapitulation?
3. Welchen Konflikt möchte ich gerne lösen?

Wochenaufgabe und Tipps für gelingendes Konfliktmanagement:

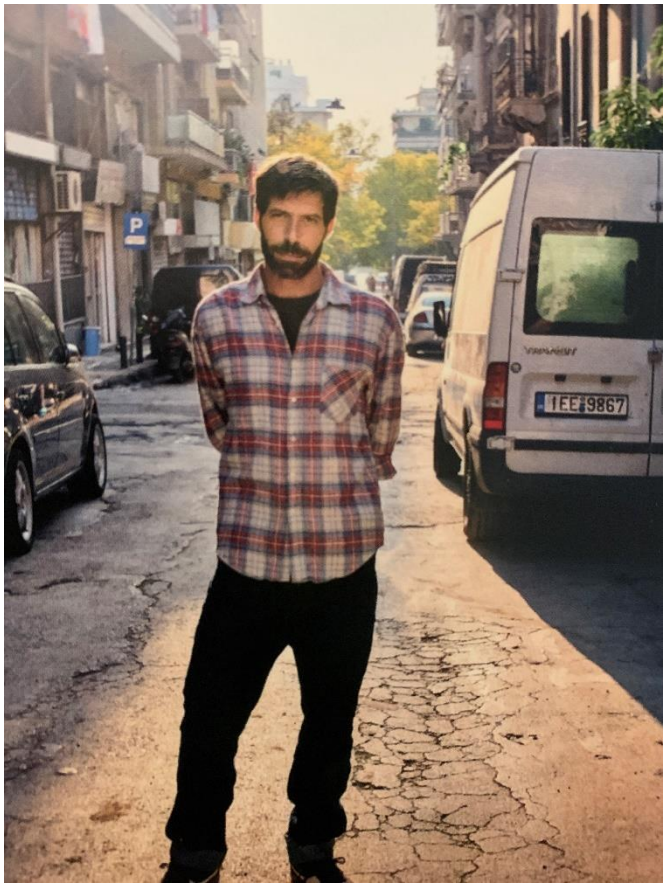
Das Problem in den Fokus nehmen und nicht die Menschen:
Um Sache und Problem zu trennen, ist es wichtig, achtsam miteinander zu reden.
Am besten, indem wir Ich-Botschaften verwenden, die eigenen Empfindungen benennen und Schuldzuweisungen vermeiden, Emotionen flach halten und auf eine Formulierung achten, die nicht verletzt.

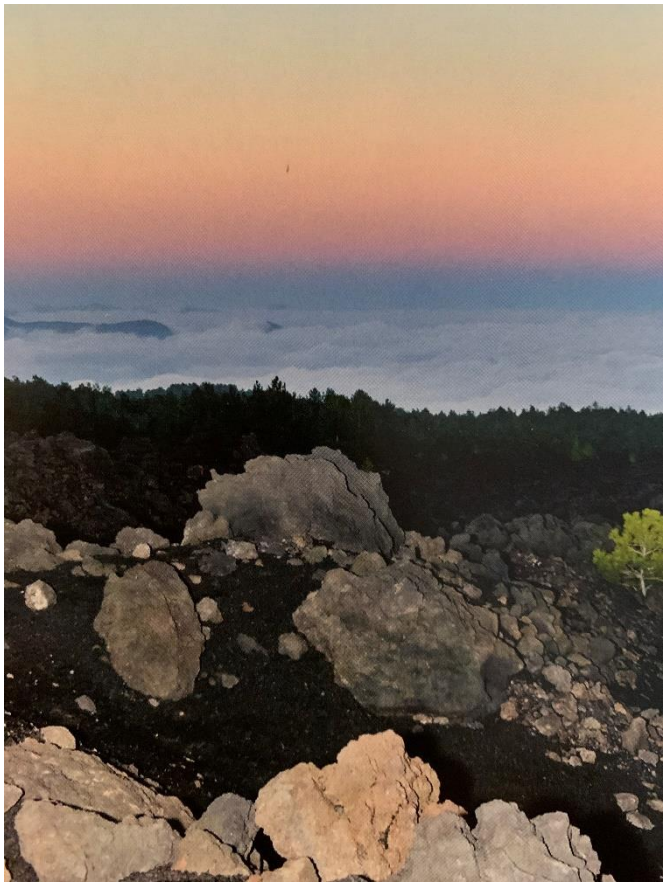
Geht doch! Konflikte laufend klären:
Haben Sie schon einmal ein Konfliktgespräch geführt, während Sie draußen in einem Park, an einem Fluss oder im Wald gelaufen sind?
Ausmeiner Erfahrung kann ich sagen, dass es damit viel leichter ist, weniger emotional und viel ruhiger miteinander zu sprechen.
Einerseits liegt es daran, dass Grün eine Farbe ist, die uns unbewusst guttut und ausgleicht. Zum anderen atmen wir and er frischen Luft tiefer durch, sind Tränen weniger störend und kommen die Gedanken durch die Bewegung leichter in Fluss. All das wirkt sehr förderlich auf eine Klärung und Lösung hin.
Geht doch!

Atmen Sie durch in der 5ten Fastenwoche!

Weitere Denkanstöße:

Erschaffe neue Perspektiven! Geschichten wie die vom Ei des Kolumbus, von dem trojanischen Pferd oder dem gordischen Knoten sind Beispiele für kreative Lösungen.





Jenseits von richtig und falsch liegt ein Ort.
Dort treffen wir uns.

Gedanken zu teilen bedeutet, ihnen die Freiheit zu schenken, sich in anderen Menschen neue Formen geben zu lassen.

Ich grüße mich mittlerweile freundlich, wenn ich mir selbst im Weg stehe.
Ist ja nicht das erste Treffen.

Ihre Evangelische
Kirche für Altena
Suchet der Stadt Bestes
(Jeremia 29,7)