

**Die STOPP-Regel: Bei STOPP ist Schluss**

Wenn mich jemand verletzt, verzichte ich auf jede Gegengewalt. Ich gebe ein lautes STOPP-Signal und sage, was der andere tun soll, z. B. STOPP ... hör auf ...!

**Konsequenzen bei Regelverletzung**

Eine Entschuldigung: Wenn der andere nicht sofort aufhört, verlange ich eine Entschuldigung und kündige an, notfalls Hilfe zu holen (das ist kein Petzen).

Eine zusätzliche Wiedergutmachung: Wenn der andere weitermacht oder sich nicht richtig entschuldigt, verlange ich mit Hilfe eines Lehrers eine zusätzliche Wiedergutmachung.

1. Mit der STOPP-Regel können Schüler ihre Grenzen selbst definieren. Sie erlaubt Schülern sich auf konstruktive Weise abzugrenzen und sie fördert den Respekt vor den Grenzen der anderen. Kinder und Jugendliche sollten Spaß haben. Sie dürfen kämpfen, rangeln und necken, Grenzen testen, frech und witzig sein. Aber nur, solange es beiden Seiten Spaß macht und niemand dabei zu Schaden kommt. Da die Schüler ihre Grenzen selbst bestimmen dürfen, müssen Sie nicht mehr die „Bestimmerin“ spielen, die entscheidet, was gut oder schlecht ist. Sie werden nicht mehr so oft in die Richterrolle gedrängt.
2. Die STOPP-Regel ist ein Kommunikationstraining. Ziel dieses Trainings ist, dass Kinder und Jugendliche Nein sagen lernen und sich abgrenzen können und dass sie formulieren können, was sie ärgert, verletzt, kränkt, enttäuscht, stört, nervt und wütend macht.
3. Mit der STOPP-Regel können Schüler für einen gewaltfreien Ausgleich sorgen, wenn die definierte Grenze überschritten wird.
4. Schüler können nicht mehr als „Petzer“ hingestellt werden, wenn sie sich gegen Übergriffe zur Wehr setzen. Da erst dann Lehrer eingeschaltet werden, wenn sich die andere Partei zweimal eindeutig über ein klares STOP hinweggesetzt hat und genau weiß, was dann passiert, fehlt die Heimlichtuerei, die für das Petzen charakteristisch ist.
5. Die STOPP-Regel wirkt deeskalierend. Da die Schüler nicht mehr zur Gewalt greifen müssen, um sich zu wehren, kommt es seltener zu einer Spirale von Gewalt und Gegengewalt. Die Zahl eskalierender Konflikte und schwererer Formen der Gewalt sinkt. Es kommt seltener zu Situationen, in denen Schüler sich unversöhnlich gegenüberstehen, weil der Konflikt schon lange andauert und die gegenseitigen Verletzungen so tief sind, dass keine Verständigung mehr möglich ist.
6. Lehrer müssen weniger Zeit in Konfliktlösungen investieren. Die Schüler haben mit der STOPP-Regel ein „Werkzeug“ in der Hand, mit dem sie sich selbst um ihre Konflikte kümmern können.
7. Lehrer werden seltener als bequeme Streitschlichter „missbraucht“. Sie bieten einem Schüler erst dann Ihre Hilfe an, wenn er die STOPP-Regel korrekt angewandt hat. Die Schüler können ihre Verantwortung nicht mehr so leicht an Sie abgeben.
8. Langatmige „Wer-hat-Recht-Spielchen“ werden verhindert. Durch den Plausibilitätstest beim „Opfer“ erübrigt sich in der Regel die Nachfrage beim „Täter“. Dadurch sparen Sie sich nicht nur eine Menge Zeit, sondern auch die anstrengende Beschäftigung mit den Schutzbehauptungen und den Leugnungs- und Rechtfertigungs-strategien der „Täter“.