WENN DIE VERWICK-LUNGEN SCHWIERIG SIND …

Institut für Mediation

MIT UNS LÖSEN SIE IHRE KONFLIKTE!

www.ifm-suisse.ch

www.ifm-suisse.ch/Mediatorenliste

© Copyright IfM – Institut für Mediation, Zürich, 2023

Idee & Redaktion: Arbeitsgruppe 'Tag der Mediation' (Bettina C. Ammann, Erika Bergner, Leonie Meier, Alessandro Mani, André Vontobel)

1. Auflage (500 Stück), Informations-Broschüre, gratis
Feldner Druck, Oetwil a. See, Mai 2023

Mediation

= Streitschlichtung

Geschichten, die das Leben schreiben

Foto: Adobe Stock

Danksagung

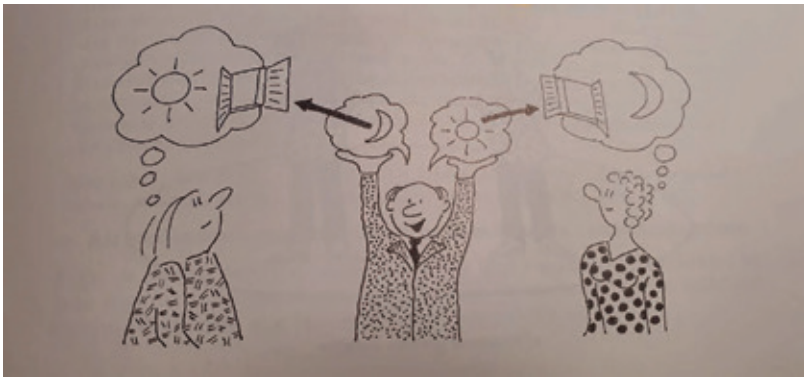
Unsere Mitglieder haben diese Geschichten geschrieben und uns zur Verfügung gestellt. Die Geschichten entstanden in der Praxis und wurden von uns nicht redigiert. Die Autoren waren frei, den Inhalt zu bestimmen.
Ohne die aktive Mitarbeit unserer IfM-Mitglieder wäre dieses Projekt nicht möglich gewesen. Wir danken herzlich für die Inspiration und Euren Einsatz:

Arbeitsgruppe 'Tag der Mediation', 18. Juni 2023

Erika Bergner (Mitglied), Leonie Meier (Mitglied), André Vontobel (Mitglied), Alessandro Mani (Vorstand IfM), Bettina C. Ammann (GL IfM 2016-2023)

Inhaltsverzeichnis

- Was ist Mediation? Was ist ein Konflikt? S. 6
- Warum Mediation? S. 7
- Perspektivenwechsel S. 8
- Interessen & Bedürfnisse S. 9
- Geschichte mit Farben von Erika Bergner S. 10
  Die hilfreiche Farbübung für die Konfliktlösung
- Geschichte aus der Verwaltung von Erika Bergner S. 12
  Ein Konfliktgespräch mit Folgen
- Geschichte mit Bären von Mariana Meyer S. 13
  Frieden im Wald
- Geschichte über Familie von Brigitte Matta S. 14
  Der Tod des Vaters brachte eine neue Dynamik
  in die Familie
- Geschichte über Nachfolge im Unternehmen S. 16
  von Hans Bader: Ein Pionier tritt zurück
- Geschichte aus der Schule von Franz Süss S. 18
  Erste Klasse blöd
- Geschichte über das Quartett der Persönlichkeiten S. 20
  von Nico H. Fleisch: Das Riemann-Thomann-Modell
  hilft bei der Konflikt-Lösung
- Geschichte über Trennung mit Stil von Leonie Meier S. 22
  Bis dass der Tod Euch scheidet?
- Geschichte über Freundschaft in der Ehe S. 24
  von Susy Stauber: Verletzungen durch Freunde
- Geschichte über Kinder von Susy Stauber S. 25
  Kinder brauchen ein Nest
- Geschichte über Erben von Bettina C. Ammann S. 26
  Hoffnung und die Entstehung von Vertrauen
- Geschichte über Nachbarn von Peter Krepper S. 28
  Gemeinsam wieder lachen
- Humor als Lebenshaltung S. 30



Quelle: Nina L. Dulabaum, Mediation: Das ABC, Die Kunst, in Konflikten erfolgreich zu vermitteln, Beltz Verlag, 1998, 2. Auflage, S. 31, 61, 65 (Illustration: Gerald Nöbel)

Was ist Mediation? Was ist ein Konflikt?

«Mediation ist ein Verfahren der Konfliktbehandlung, das durch vermittelnde Tätigkeiten einer oder mehrerer neutraler Personen, die keinen Anteil am Konflikt haben, durchgeführt wird. Mediation strebt eine gütliche Lösung des Konflikts an durch das Aktivieren der Konfliktparteien. Ein Konflikt besteht ja, wenn zwei oder mehrere Konfliktparteien (Individuen, Gruppen oder grössere Gebilde) nicht mehr imstande sind, ihre Differenzen in einem direkten Gespräch miteinander zu lösen. Deshalb sind sie auf die Hilfe externer Personen angewiesen. Aber: das Bestehen von Differenzen ist an sich noch kein Konflikt. Erst durch die Art und Weise, wie die Betroffenen mit diesen Differenzen umgehen, kann aus den Differenzen Konflikt entstehen.» (Ballreich, Glasl 2007:13)

Quelle: Ballreich Rudi, Glasl Friedrich (2007): Mediation in Bewegung. Ein Lehr- und Übungsbuch mit Filmbeispielen. Concadora Verlag Stuttgart. 1. Auflage

So gesehen macht Mediation Hoffnung, dass Spannungsfelder und Streitereien geklärt werden und neue Art und Weisen des Umgangs miteinander eingeübt und Beziehungen transformiert werden können. Die externe Hilfe wird oft erst zu spät geholt, wenn sich ein Streit bereits verhärtet hat. Wir helfen Ihnen jetzt, das halbleere Glas wieder zu füllen und das Eis und die Verhärtungen schmelzen zu lassen!

Foto: Adobe Stock

Warum Mediation?

«Konflikte haben die Tendenz, Scheinriesen zu sein. Sie werden gerne grösser, wenn wir uns ihnen nicht stellen und nicht auf sie zugehen, um sie zu lösen.
Wenn wir hingegen einen mutigen Schritt auf sie zu tun, entdecken wir oft, dass sie gar nicht so gross sind, jedenfalls nicht grösser als das, was wir angehen und lösen können.»

Foto: Nadina Wallis

«Aus narrativer Perspektive sind Konfliktvermittler … auch Goldgräber und sorgfältige Polierer der gefundenen Goldkörnchen. Ausserdem sind sie kunstfertige Teppichweber und leiten die Konfliktparteien dabei an, wieder Goldkörnchen in die Erzählstränge ihrer Geschichten einzuweben.»

Quelle: Hanna Milling, Storytelling – Konflikte lösen mit Herz und Verstand, Anleitung zur Erzählkunst mit hundertundeiner Geschichte, Wolfgang Metzner Verlag, Frankfurt am Main 2016, S. 83, 109

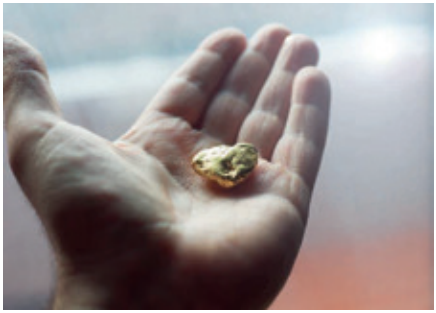


Foto: Adobe Stock

Versuchen Sie einen

Perspektivenwechsel!

Foto: Nadina Wallis, Kunstmuseum Calais

Welches sind Ihre Interessen und Bedürfnisse?

Gestern: Position – Wer schuldet wem was aus welchem Grund?
Morgen: Interessen – Wo wollen wir gemeinsam hin?

Quelle: R. Ponschab & A. Schweizer, Die Streitzeit ist vorbei, Wie Sie mit Wirtschaftsmediation schnell, effizient & kostengünstig Konflikte lösen, S. 188

Foto: Adobe Stock

Foto: Adobe Stock

Heute: Kontaktieren Sie uns! www.ifm-suisse.ch/Mediatorenliste

Geschichte mit Farben von Erika Bergner

Die hilfreiche Farbübung für die Konfliktlösung

In einem Alterszentrum hat sich aus Missverständnissen in der Führung zunehmend ein unterkühltes Klima entwickelt. Die Personen sprachen nur noch das nötigste miteinander und schauten sich nicht mehr in die Augen. Man konnte die Spannung förmlich riechen. Die Stimmung hat sich auch auf die Bewohnenden ausgewirkt. Niemand war richtig fröhlich. Daraufhin haben sie mit einem Kommunikationsberater Gesprächsregeln entwickelt. Diese Regeln führten zur Konfliktvermeidung und während Sitzungen herrschte ostentatives Schweigen, denn niemand wollte etwas Falsches sagen.

Ich wurde als Mediatorin gerufen. Die chronifizierten Konflikte sollten endlich aufgelöst werden. Das Schweigen ging in den Mediationssitzungen weiter. Mit einer Farbübung waren die Teilnehmenden in der Lage, ihre Situation aufzuzeigen. Das Gemälde zeigte für ihren Konflikt typische Aspekte. Es gab beispielsweise zwischen den Farben kaum Berührungspunkte (Abb.1). Auf die Frage, wie es denn zwischen ihnen sein sollte transformierten sie ihr Gemälde in ein kraftvolles Bild mit vielen Verbindungen (Abb.2). Die Bewusstwerdung über die Farbübung löste die verstummten Stimmen und es konnte an Lösungen gearbeitet werden. Doch manchmal war es wieder still. Dann meinte jemand, es sei wieder eine Farbübung notwendig und alle schmunzelten.

Wahrnehmungen und Irritationen konnten nun geklärt und Verletzungen anerkannt werden. In mehreren Sitzungen haben sie um passende Lösungen gerungen. Immer, wenn die Gespräch stockten, nutze ich kreative Übungen und immer fanden sie zu ihren Gefühlen und zur Sprache zurück. Sie kürzten zum Schluss der Mediation ihre Gesprächsregeln auf fünf Leitsätze. Ihre Gemälde hingen für lange Zeit im Sitzungsraum an der Wand.

Erika Bergner, Mediatorin SDM IfM, PCC-Coach ICF, Supervisorin und Organisationsberaterin BSO, www.entwicklungsberatung.ch

Abb. 1 Die Farbübung mit dem Leitungsteam. Es gibt kaum Berührungspunkte.

Abb. 2 Das erste. Bild wurde transformiert. Die Struktur lässt sich teilweise noch erkennen. Im Lösungsbild wurde mit neuen Elementen und Verbindungen ein kraftvolles Werk.

Geschichte aus der Verwaltung von Erika Bergner

Ein Konfliktgespräch mit Folgen

Die Chemie zwischen zwei Mitarbeitenden in der Verwaltung stimmt nicht. Beide arbeiten am Empfang des Schulheims und eine Person zusätzlich in der Buchhaltung. Die Spannungen sollen gemeinsam mit ihrer Vorgesetzten geklärt werden, da auch Vorwürfe an die Vorgesetzte gingen. Die Arbeit litt unter dem Zustand. Das Ziel war es, mehr Vertrauen aufzubauen und die Arbeitsfähigkeit zu verbessern.

Da der Konflikt nicht sehr tief eskaliert und dennoch für die Betroffen schmerzlich war, wählte ich ein Vorgehen, welches die Lösung ins Zentrum rückte. Als Einstieg in der halbtägigen Sitzung schilderten alle, was sie an der Arbeit freut und wie sie die Spannungen aus ihrer Perspektive erlebten. Dazu bat ich sie, Du-Botschaften zu vermeiden und von sich zu sprechen.

Voller Elan beschrieben sie danach ihr Lösungsbild. Zuerst nicht ohne eigene Vorteile zu fordern – zum Nachteil der anderen Person. Ich fragte jedes Mal nach, wenn die andere Person das Gesicht verzog, die Augen rollte oder lautstark intervenierte, dass dies ungerecht sei. Gemeinsam beschreiben sie alsdann ihr Zukunftsbild und die Streitpunkte, die sie genauer besprechen wollten.

Abschliessend arbeiteten wir daran, wie sie dieses Zukunftsbild erreichen könnten, was sie dabei fördert oder was hinderlich ist. Als Erinnerungshilfe für die erarbeitete, neue Verhaltensweise im Alltag wählten sie ein Symbol. Die Vorgesetzte wählte einen Stein, der ihr ab dem Herzen gefallen ist. Sie beschloss diesen Stein auf ihr Pult zulegen und ihn zu den gemeinsamen Sitzungen mitzunehmen. Die anderen fanden das eine gute Idee und beschlossen auch ihre Symbole die nächste Zeit immer bei sich zu haben.

Erika Bergner, Mediatorin SDM IfM, PCC-Coach ICF, Supervisorin und Organisationsberaterin BSO, www.entwicklungsberatung.ch

Foto: Erika Bergner 2020

Geschichte mit Bären von Mariana Meyer

Frieden im Wald

Es war einmal eine Bärenfamilie. Mama Bär, Papa Bär und die drei kleinen Bärchen Pam, Pum und Pom. Die Kinder waren klein und die Sorgen auch.
So sind Jahre vergangen. Die Kinder wurden gross. Die sind ausgezogen und haben eigene Bärenfamilien gegründet. Für Mama Bär und Papa Bär war die Welt in Ordnung.

Eines Tages ging Mama Bär zu Pom und klopfte an die Tür. Sie hatte ein kleines Gläschen feinen Bären-Honig für ihre Enkelkinder im Korb. Sie freute sich schon, die kleine Pomi und Pamu umarmen zu können. Und dann geschah es! Die Türe ging nicht auf…
Mama Bär stand vor der Tür und verstand die Welt nicht mehr. Wieso? Warum? Was hat sie falsch gemacht? Wieso darf sie nicht rein?! Der Schmerz war riesig. Die Verzweiflung - doppelt so gross.
Mama Bär ging nach Hause. Sie muss etwas unternehmen. Das stand fest. Aber was?! Plötzlich sah sie von Ferne die Tafel:

"Konflikte lösen - die Eule hilft ".

Ja, klar. Sofort zur Eule. Eine Lösung muss her.

Es sind einige Wochen vergangen. Mehrere Gespräche waren nötig, um die Un-stimmigkeiten und Missverständnisse aus den letzten Jahren zu klären. Auch Tränen sind geflossen. Einfach war es nicht. Dafür hilfreich.

Heute ist der Tag der Mediation, was nichts anders als "Hilfe bei: Konflikte lösen" bedeutet. Mama Bär und die ganze Bärenfamilie gehen zu der Eule. Sie bringen ihr ein grosses Glas mit Bären-Honig und einen Bären-grossen Dank.

Die Familie Bär ist wieder vereint. Es herrscht wieder Frieden im Wald.
Mariana Meyer (die Eule 🙂)

Mariana Meyer, Mediatorin, Beratung | Coaching | Media on, Horgen,
https://mmmediation.ch

Geschichte über Familie von Brigitte Matta

Der Tod des Vaters brachte eine neue Dynamik in die Familie

Der alkoholabhängige Vater hatte die Familie schon früh verlassen. Er liess zwei kleine Kinder und eine alleinerziehende Mutter zurück. Er machte sich nach Thailand davon und gründete dort eine neue Familie. Auch bezahlte er keine Alimente. Die Mutter musste sofort ins Berufsleben einsteigen, um das Überleben der Familie zu sichern. Jahrzehnte nach der Trennung wurde er schwer krank und meldete sich wieder bei seinen Kindern. Die ältere Tochter pflegte ihn darauf intensiv bis zu seinem Tode. Sie machte alles, um den Tod des Vaters hinauszuschieben.

Die intensive Pflege und der Tod brachten viel Aufgestautes und Unverarbeitetes bei der Familie hervor. Mutter, Tochter und Sohn merkten, dass sie professionelle Hilfe brauchten und meldeten sich bei mir für eine Mediation.

Die Mutter fühlte sich verletzt, abgewiesen und nicht wahrgenommen, weil die Krankheit und der Tod ihres Ex-Mannes bei ihren Kindern so viel Raum einnahmen. Sie fühlte sich schuldig, weil sie als alleinerziehende Mutter zu wenig Zeit für ihre beiden Kinder gehabt hatte. Die Tochter war erschöpft und fühlte sich von ihrer Mutter nicht verstanden. Sie war wütend, weil ihre Mutter immer wieder in die Opferrolle geriet. Der Sohn fühlte sich überfordert, blockiert und handlungsunfähig. Er hätte Verständnis von seiner Mutter gebraucht. Die Bedürfnisse seiner Mutter nach Aufmerksamkeit überforderten ihn. Er fühlte sich nicht wie ein Sohn, der Trost gebraucht hätte, stattdessen musste er selber in dieser schwierigen Zeit seine Mutter trösten.

Beim zweiten Termin hatte sich die Beziehung zwischen der Mutter und ihren Kindern bereits etwas entspannt. Der Sohn nahm allen Mut zusammen und sprach Sachen aus, die ihn schon lange beschäftigen. Die erwachsenen Kinder konnten endlich über ihre Bedürfnisse und über ihre traumatische Erfahrung sprechen. Die Mutter war auch bereit, ihre eigene traumatische Kindheit aufzuarbeiten.

Die Mutter notierte viele Eindrücke und Einsichten auf einen Zettel und las diese beim dritten Treffen ihren Kindern vor. Sie hatte immer wieder Angst, ihre Kinder zu verletzen oder zu verlieren. Sie sah auch ein, dass sie krampfhaft die kleine Familie zusammenhalten wollte.

Ich stellte den drei Medianden Holzfiguren zur Verfügung. Sie sollten ihre Familie aus ihrer Perspektive aufstellen. Wir nahmen uns dafür viel Zeit. Tränen flossen, Betroffenheit machte sich breit. Es gab viel gegenseitiges Verständnis.

Beim letzten Treffen war eine grosse Entspannung und Nähe bei allen drei sichtbar und spürbar. Die Mediation hatte vieles bewusstgemacht und blockierte Energie freigesetzt. Die Tochter hatte jahrzehntelang stellvertretend für ihre Mutter deren Frust, Wut und Trauer unbewusst aufgenommen. Dies berührte die Mutter sehr, weil ihr bewusst wurde, womit sich ihre ältere Tochter jahrelang herumgeschlagen hatte. Beim Sohn wurde klar, dass er endlich seine Vermittlerrolle loswerden durfte.

Die Mediation war erfolgreich. So vernahm ich, dass an Weihnachten alle ein schönes und friedliches Fest miteinander feierten.

Brigitte Matta, Mediatorin, Elsau, www.matta-kommunikation.ch

Foto: Adobe Stock

Geschichte über Nachfolge im Unternehmen von Hans Bader

Ein Pionier tritt zurück

Das Thema schwelte schon seit einigen Jahren in diesem Familienbetrieb. Der Vater hatte als Pionier und in vielen Jahrzehnten eine kleine erfolgreiche Handelsfirma aufgebaut. Von den Kunden wurde er dank seiner angenehmen Art und seiner Zuverlässigkeit sehr geschätzt.

Nun war er 72 Jahre alt und wusste seit langem, dass er die Firma an einen Nachfolger überlassen musste, eigentlich. Aber es war sehr schwer für ihn, sein Lebenswerk loszulassen. Alles lief über ihn, er wusste alles. Er war die Firma.

Verschiedene Versuche, mit potentiellen externen Nachfolgern scheiterten

Kurz gesagt: Keiner genügte den Vorstellungen und Erwartungen des Firmengründers. So konnte es nicht gehen. Schwierig.

Die Situation eskaliert

Die ungelöste Nachfolgesituation wirkte sich zunehmend belastend auf die Stimmung und die Zusammenarbeit im Betrieb aus. Mitarbeiter kündigten, Kunden reagierten negativ. Die zwei gut ausgebildeten Töchter ärgerten sich zunehmend am Widerstand des Vaters, sich auf Lösungen einzulassen. Sie wären bereit und fähig, den Betrieb weiter zu führen. Beide arbeiteten auch schon im Betrieb mit. Verzweiflung machte sich breit. Sie kontaktierten mich schlussendlich als Mediator.

'Ich will keine Mediation, mit mir kann man doch reden'

Gleich beim ersten Gespräch von mir mit dem Vater wehrte der sich entschieden gegen eine 'Mediation'. Sein Selbstverständnis und seine Vorstellung von 'Mediation' liessen das nicht zu. Wir einigten uns nach eingehender Klärung des Vorgehens und der Ziele schlussendlich auf das Wort 'Coaching'. So konnten wir beginnen.

Befreiender Knall

Im Verlauf der verschiedenen Gespräche warf der Vater seinen Töchtern vor, seinen Einsatz und sein Engagement über all die Jahre nicht zu erkennen und zu würdigen. Er habe das doch auch für sie getan. Jetzt brach es auch aus den Töchtern heraus, was sie schon lange plagte und blockierte: 'Du warst als Vater nie da für uns Kinder, wenn wir dich gebraucht hätten, du hast immer Tag und Nacht gearbeitet'.

Was für ein Schock, der Vater völlig überrascht, wollte er doch immer nur das Beste.

Ein Durchbruch. Endlich ist es ausgesprochen. Ganz schwierig. Viele Emotionen, aber befreiend. Einander Zuhören und Nachfragen war jetzt ganz wichtig. Die Töchter vernahmen vom Vater Dinge aus dessen schwieriger Biografie, die sie bis jetzt nicht wussten. Grosse Betroffenheit.

Wertschätzung und Anerkennung als der wichtigste Schlüssel

Der Vater fühlte sich endlich wertgeschätzt, erkannte aber auch die Not der Töchter und die Wirkung seines Fehlens als Vater. Es löste sich viel Altes und Verdrängtes auf, auch Tabus in der Familie konnten nun benannt werden.

Der Weg wird frei

Jetzt war der Vater auch innerlich bereit, loszulassen und seine Nachfolge klar und verbindlich zu regeln. Mit der Unterstützung eines Treuhänders und der Bank konnten nun die bestehenden finanziellen und strukturellen Fragen relativ schnell beantwortet und Lösungen gefunden werden. Die beiden Töchter übernahmen die Firma, zusammen mit einem neuen, extern gefundenen Geschäftsleiter. Der Wunsch des Vaters, dass sein Lebenswerk auch weiter bestehen kann, wurde erfüllt.

Hans Bader, Mediator, Richterswil, www.time-out.ch

Foto: Adobe Stock

Geschichte aus der Schule von Franz Süss

Erste Klasse blöd

Vor dem Fasnachtsumzug steht auf dem Trottoir im Einfamilienhausquartier einer Zürcher Kleinstadt in blauer Kreideschrift der Spruch:

„1. Klasse blöd".

Ein älterer Mann in der Zuschauermenge fragt sich: „Was ist im Kopf dieses Kindes nach einem halben Jahr Primarschule vorgegangen?"

Ein Schulsozialarbeiter überlegt: „Was beschäftigt das Kind, wenn es in der Freizeit diesen Satz mit den ersten Wörtern, die es kennt und schon schreiben kann, aufs Trottoir kritzelt?"

Eine Lehrerin, die selbst eine 1. Klasse in der Gemeinde unterrichtet, ist besorgt: „Fühlt sich dieses Kind in der Klasse nicht ernst genommen, ist es unterfordert?

Während des Fasnachtsumzugs mit Dutzenden von Wagen und Guggenmusikern und tonnenweise Konfettis, die in die Zuschauermenge geworfen werden, wird die Botschaft des Kindes mit den farbigen kleinen Papierstückchen überdeckt. Auch eine Gruppe von Erstklässlern schreitet verkleidet im Umzug mit, an der Spitze die Lehrerin im bunten Fasnachtsböögengewand.

Die nach dem Umzug eingesetzte Strassenreinigungsmaschine fegt alle Konfettis weg.

Noch Tage danach ist die Schrift auf dem Trottoir lesbar.

Eine Woche später kommt eine Mutter mit ihrem Sohn, der die 1. Klasse besucht, am Graffiti vorbei.

Der Knabe schaut sich die blaue Kreideschrift verdutzt an und meint:

„Das hat wohl ein Kind aus der 2. Klasse geschrieben, das uns Kleinen blöd findet…"

Der Ende Woche einsetzende Platzregen löscht die Botschaft des Kindes aus.

Foto: Franz Süss

Franz Süss, Mediator, Zürich, www.schulmediation.ch

«Gemeinsam sind wir stärker.
Wir gehen offen und ehrlich miteinander um.
Du bist uns wichtig.
Wir schmieden das Eisen, wenn es kalt ist.
Wir schauen hin, handeln verlässlich und respektvoll.
Wir lernen und lehren.»

Leitsätze Schulhaus Aesch 2017 (2023: in Weiterentwicklung & Neugestaltung)

Geschichte über das Quartett der Persönlichkeiten von Nico H. Fleisch

Das Riemann-Thomann-Modell hilft bei der Konflikt-Lösung

Die beiden Studienfreunde Robert und Dieter betreiben als Partner seit bald zwanzig Jahren gemeinsam eine Anwaltskanzlei, an der noch eine erfahrene Sekretärin sowie jeweils für ein Jahr eine Praktikantin oder ein Praktikant tätig sind. Jeder Partner arbeitet auf eigene Rechnung; die Fixkosten (Büroräume, Löhne, Einrichtung etc.) werden hälftig geteilt. Vor zwei Jahren gab es immer wieder heftige Streitereien zwischen den beiden, die zunehmend das Klima belasteten. Robert warf Dieter vor, er sei ein *«pingeliger und egoistischer Bürokrat ohne Interesse an mir und den Menschen überhaupt»* und Dieter konterte, sein Partner sei ein *«unzuverlässiger und chaotischer Bambi-Streichler ohne Leistungsorientierung, der am liebsten alles gemeinsam machen würde»*. Als die Sekretärin mit Kündigung drohte, wenn nichts passiere, wurde ich als Mediator gerufen.

Nach drei Sitzungen erläuterte ich den beiden Anwälten ihre unterschiedlichen Bedürfnisse mit Hilfe des Riemann-Thomann-Modells. Nach diesem Modell hat jeder Mensch vier Grundstrebungen in sich, aber in unterschiedlich ausgeprägtem Masse. Einige Menschen sind dichter beim Nähe-Pol und andere näher bei der Distanz, manche fühlen sich eher in der Dauer zuhause und andere mehr im Wechsel. Gerade bei Konflikten kann es sehr hilfreich sein, sich beim Erhellen von Bedürfnissen an diesem Modell zu orientieren. Denn wer erkennt, welche Präferenzen jemand in den vier Dimensionen hat, kann dessen Bedürfnisse besser erfragen, erfassen und für andere nachvollziehbar machen.

Unsere Gespräche hatten deutlich aufgezeigt, dass Robert sein «Heimatgebiet» im Nähe-Wechsel-Quadranten und Dieter im Distanz-Dauer-Quadranten haben.

Abb. 1:

Abb. 1: Die vier Grundstrebungen im Riemann-Thomann-Modell
(© Nico H. Fleisch: „Das Quartett der Persönlichkeit", Haupt, Bern 2020 und 2022)

Ich erläuterte den beiden das Modell und betonte, dass alle vier Grundstrebungen wertvolle Qualitäten in sich hätten, die für ihre Zusammenarbeit fruchtbar gemacht werden könnten. Da sie beide alle vier Qualitäten vereinigten, seien sie eigentlich ein «Dream Team».

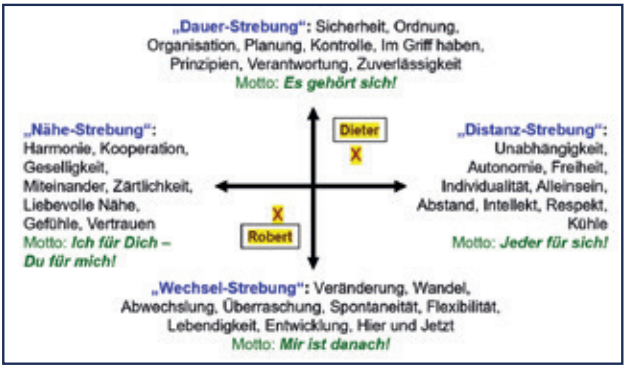


Abb. 2: Das Heimatgebiet von Robert und Dieter und „Typische Qualitäten (Werte, Haltungen, Prinzipien) der vier Grundstrebungen" (© Nico H. Fleisch: „Das Quartett der Persönlichkeit", Haupt, Bern 2020 und 2022)

Mit Hilfe des Modells erarbeiteten wir die Bedürfnisse der beiden Partner heraus und verhandelten dann, wie diese konkret erfüllt werden konnten. In zwei weiteren Sitzungen gelang es, eine «Charta der Zusammenarbeit» zu erarbeiten. An einer «Nachsorge-Sitzung» drei Monate später wurde deren Einhaltung überprüft. Die beiden Anwälte arbeiten heute noch zusammen und die Sekretärin ist auch noch da.

Weiterführende Literatur: Nico H. Fleisch: „Das Quartett der Persönlichkeit. Das Riemann-Thomann-Modell in Beziehungen und Konflikten. Mit einem Vorwort von Christoph Thomann über die Entstehung des Modells", Haupt Verlag, Bern 2020 und 2022

© Nico H. Fleisch Organisationsberatung und Coaching GmbH, Wabern, Dr. iur., Mediator SDM-FSM, Mediationstrainer SAV; Certified Business Coach IOBC; Organisationsberater BSO; zert. Kommunikationsberater (F. Schulz von Thun); zert. Klärungshelfer (Christoph Thomann)
www.nico-h-fleisch.ch

Geschichte über Trennung mit Stil von Leonie Meier

Bis dass der Tod Euch scheidet?

Ich sitze am Küchentisch und starre auf mein Handy. Ich sollte eigentlich vorwärts machen, Nachrichten beantworten, das Nachtessen vorbereiten, um rechtzeitig meine Tochter von der Spielgruppe abzuholen. Doch die kurze sachliche Nachricht meines Mediationskollegen lässt meine Gedanken kreisen. «Nächster Mediationstermin (Scheidung) mit einem Ehepaar. Beide sind ca. 80 Jahre alt.»

Ich frage mich, was diese beiden Menschen dazu bewegt, in diesem Alter eine Scheidung anzustreben? Was für Konflikte stehen da im Raum? Was für Hoffnungen und Ängste?

Eine Woche später treffen wir die Ehegatten in der Praxis. Herr und Frau Grund wirken in dieser Runde verloren und angespannt. Mein Mediationskollege und ich stellen uns vor und erläutern den Ablauf der Mediation. Wir fragen die Gatten nach ihren Erwartungen und Anliegen. Frau Grund möchte wissen, wie viel Geld ihr im Falle einer Scheidung zustehen würde.
Herr Grund hingegen will die Wohnung und die Einrichtungsgegenstände nicht aufgeben. Für ihn ist besonders das Sofa wichtig.

Das Paar ist seit 15 Jahren verheiratet. Zuvor waren die zwei jeweils bereits in einer Partnerschaft und haben Kinder und Enkel aus diesen Ehen. Sowohl Herr wie auch Frau Grund sind gesundheitlich angeschlagen: Er ist seit seinem Schlaganfall vor 10 Jahren auf die Hilfe seiner Frau angewiesen, sie leidet unter Bluthochdruck. Sie reagieren abweisend aufeinander und machen sich gegenseitig Vorwürfe.

An dieser Stelle wird das Ehepaar über ihre Rechte und den Prozess einer aussergerichtlichen Regelung aufgeklärt. Es werden ihnen die Vorteile einer einvernehmlichen Lösung aufgezeigt, die ihren individuellen Bedürfnissen entspricht.

Das mehrmals wiederholte Thema «Sofa» wird sich als Schlüssel zu den wahren Interessen beider Parteien herausstellen. In der Nachbearbeitung der ersten Sitzung schlage ich vor, die nächste Sitzung auf einem Sofa stattfinden zu lassen, um eine entspanntere Atmosphäre zu schaffen und eine symbolische Brücke zu bauen. Wir richten für die zweite Sitzung den Raum entsprechend ein. Die Eheleute reagieren irritiert und setzen sich erst widerwillig auf das Sofa. Auf unsere Fragen, was ihnen das Sofa bedeutet, antwortet Frau Grund: Das Sofa gebe ihr ein Gefühl von Enge. Sie wolle mehr Freiheit und Abwechslung in ihrem Leben, möchte nicht mehr nur für ihren Mann da sein, sondern auch für sich selbst Zeit haben. Im Weiteren habe sie keine Kraft mehr, ihn zu pflegen, da sie bereits ihren ersten

verstorbenen Mann lange pflegen musste. Herr Grund meint auf dieselbe Frage: Er liebe das Sofa, weil es ihm ein Gefühl von Geborgenheit und Sicherheit gebe. Er wolle seine Frau nicht verlieren, weil er sie immer noch gerne habe und er sich ohne sie allein fühle.

Wir hören ihnen aufmerksam zu und spiegeln ihnen ihre Gefühle wider. Wir erkennen, dass mit der zunehmenden Auseinandersetzung ihrer unterschiedlichen Interessen der gegenseitige Respekt zurückkehrt.

Die Beiden trennen sich schliesslich nach 15 Jahren Ehe im Wissen, gleichberechtigt über ihre wichtigsten Werte und den zukünftigen Umgang miteinander verhandelt zu haben.

Leonie Meier, Mediatorin SDM/Sozialarbeiterin FH/Supervisorin und Sozialpädagogische Familienbegleiterin, Steckborn und Zürich

Foto: Erika Bergner - bei einem Haus in Ushuaia, Argentinien 2020
Werte: Frieden Liebe Freude Respekt Toleranz Gerechtigkeit Geduld Demut/Bescheidenheit Weisheit Gleichwertigkeit Revolution

Geschichte über Freundschaft in der Ehe von S. Stauber

Verletzungen durch Freunde

Ehefrau (F) verlangte telefonisch einen Mediationstermin wegen Ehekonfliktes im Zusammenhang mit ihrer Freundin. Ihre kurze Schilderung des Konfliktes ergab, dass es nicht etwa um eine Affäre der Freundin (X) mit Ehemann (M) ging, sondern X hatte M (nach dessen Wahrnehmung) in einer Diskussion der beiden derart verletzt/beleidigt, dass M den Kontakt abbrach und nun auch dasselbe von F verlangte. Die Mediation sei eigentlich der Wunsch des Ehemannes, wobei nicht klar sei, ob auch X einbezogen werden solle.

Vorgängig des vereinbarten Termins liess sich auch M per Mail vernehmen und war das Setting zu klären. Nach dem von beiden Seiten erhaltenen Input ging es vornehmlich um eine Ehekrise und deren Klärung, weshalb den Parteien vorgeschlagen wurde, zunächst die Paarbeziehung genauer anzuschauen, bevor dann in einem späteren Schritt allenfalls X einbezogen werde.

In der Mediation ergab sich, dass M (Hausmann und Hauptbetreuer der beiden Kinder im Primarschulalter) von F insgesamt mehr Aufmerksamkeit und vor allem mehr Empathie und Solidarität im anstehenden Konflikt mit X wünschte. X habe sich zu ihm sehr beleidigend und herabsetzend geäussert und F habe dies überhaupt nicht ernst genommen, was ihn zusätzlich verletzt habe. Entweder breche sie den Kontakt zu X auch ab oder man müsse sich trennen.

In der Mediation (insgesamt 4 Sitzungen à 2 Std. und Mailaustausch vor Mediation und zwecks Finalisierung einer Vereinbarung, total 10 Std.) war es F möglich, die Verletzung von M und seine Bedürfnisse nachzuvollziehen, andererseits konnte sie M verständlich machen, was sein Ultimatum in ihr auslöste und welche Bedürfnisse sie hatte, insbesondere auch was der Abbruch der Beziehung zur langjährigen Freundin für sie bedeuten würde. Nach Sichten der zum Teil gegensätzlichen Interessen wurden verschiedene Optionen diskutiert. Schliesslich einigten sich die Ehegatten auf einen Modus Vivendi, bei dem sie wöchentlich einen gemeinsamen Abend zusammen verbringen wollten, F weiterhin in eingeschränktem Rahmen mit X sollte verkehren können, während M vorderhand keinen Kontakt (und auch keine Mediation) mit ihr wünschte und man nur Einladungen bei gemeinsamen Freunden ohne gleichzeitige Präsenz von X annehmen würde. In der entsprechenden schriftlichen Vereinbarung einigten sich die Ehegatten auch darauf, zeitnah eine Paartherapie aufzunehmen, wozu sie sich Empfehlungen abgeben liessen. (Start Juli 2021, Abschluss Oktober 2021)

Dr. iur. Susy Stauber-Moser, Mediatorin SAV, SDM-FSM, Meilen
www.stauber-mediation.ch

Geschichte über Kinder von Susy Stauber

Kinder brauchen ein Nest

Ein Ehepaar will sich trennen. Sie haben zwei Kinder im Kindergarten und in der Primarschule. Sie leben im gemeinsamen Haus.

Beide Ehegatten wünschten, im gemeinsamen Haus zu verbleiben; jedenfalls sollten die beiden Kinder dort bleiben können und permanent dort betreut werden.

Die Ehegatten einigten sich in der Mediation (3 Sitzungen und Mailaustausch mit Trennungsvereinbarung) auf eine Art Nestmodell, bei dem die Kinder im Haus wohnen bleiben und abwechselnd von den Eltern betreut werden sollten. In einer zusätzlich gemieteten Wohnung sollte dann der nicht betreuende Elternteil übernachten.

Nebst Regelung/Aufteilung der Betreuungs-, Haus- und Gartenarbeit einigten sich die Ehegatten auch betreffend Finanzen/Unterhalt und Aufschub einer Gütertrennung.

Nachdem sich die finanziellen Verhältnisse aufgrund eines höheren Arbeitspensums der Ehefrau und Beförderung des Ehemannes verbessert hatten, kamen die Ehegatten erneut in eine Mediation und sie einigten sich in zwei weiteren Sitzungen auf die Zumiete einer zweiten kleinen Wohnung, so dass jeder nicht gerade mit der Kinderbetreuung befasste Elternteil seine eigene Wohnung zur Verfügung haben sollte, während die Kinder weiterhin abwechselnd im Haus betreut würden, soweit nicht die mittlerweile ausgebaute Fremdbetreuung Platz griff. Das bisherige Betreuungsmodell wurde leicht angepasst, ebenso Hausarbeit und Unterhaltsregelung. Schliesslich wurde auch die Gütertrennung aufgegleist, wobei das eheliche Haus einstweilen weiterhin in hälftigem gemeinsamen Eigentum verbleiben sollte.

(Start Sept. 2020, Abschluss November 2021, total 12 Std.)

Foto: Adobe Stock

Dr. iur. Susy Stauber-Moser, Mediatorin SAV, SDM-FSM, Meilen
www.stauber-mediation.ch

Geschichte über Erben von Bettina C. Ammann

Hoffnung und die Entstehung von Vertrauen

Der Vater starb mit über 90 Jahren. Er prägte die Familie und zog die Fäden – sehr überzeugend, manchmal auch manipulierend. Er und seine bereits vorverstorbene Frau hatten drei Töchter und einen Sohn. Zwei Töchter waren Zwillinge, eine starb schon als Kind. Die älteste Tochter hatte Familie und war bodenständig. Der Sohn hatte viel erreicht und meisterte sein Leben – bis er schwer krank wurde. Er schwächelte, plötzlich machten die Schwestern dem Bruder grosse Vorwürfe. Er habe sie betrogen, als er sich um das Geld des Vaters kümmerte – bereits vor dem Tod des Vaters und als sein Willensvollstrecker.

Der Konflikt verschärfte sich. Alle erkannten, dass eine Mediation die beste Alternative zum drohenden Gerichtsverfahren war. Die Ausgangslage war schwierig. Es bestanden Missverständnisse; viele unterschwellige und konkrete Vorwürfe standen im Raum. Es knisterte in der ersten Sitzung, finstere Gesichter, die Luft war dick – zum Zerreissen gespannt. Ich wusste, das Risiko einer Eskalation war gross. Es ging um Geld – vordergründig.

Steve de Shazer: «Die Lösung besteht unabhängig vom Problem!»

In der ersten Sitzung arbeiteten wir mit dem Wasserglas der Ressourcen. Wir konzentrierten uns auf die Wertschätzung und Anerkennung, die alle so dringend brauchten. In der zweiten Sitzung erarbeiteten wir die höheren Ziele der Beteiligten und die Werte, die weiterhin in der Familie gelebt werden sollten. Offene Themen aus der Vergangenheit wurden mit Unterlagen belegt. Sie galten als Basis.
In der dritten Sitzung arbeiteten wir mit den Verletzungen aus der Vergangenheit. Die Schwestern erkannten, dass sie viele Bedürfnisse, die sie gegenüber dem Vater hatten, auf ihren Bruder projizierten. Die Geschwister waren bereit, zu vergeben und sich zu versöhnen. Wir erarbeiteten einen Stufenplan, in welcher Reihenfolge die Themen angegangen und gelöst werden sollten. Verschiedene Tools gaben den Durchbruch für mehr Verständnis und mehr Diskussionen auf Augenhöhe. Die am Konflikt Beteiligten fühlten sich jedes Mal besser. Sie wussten immer präziser, wie sie die Zukunft gestalten, das Alte ehren und das Neue willkommen heissen wollten.

Meine Fragen ermöglichten es den Beteiligten, sie Verbindendes aufzuspüren und Brücken zueinander zu bauen. «Unser Gehirn besteht aus Materie, doch unser Denken, unser Bewusstsein ist immateriell, nur Geist. … Das, was im Gehirn stattfindet, macht sich auch im Körper bemerkbar – und umgekehrt. Wenn wir von starken Gefühlen, positiven oder negativen, überwältigt werden, spüren wir diese Emotionen in unserem Körper. Das Herz rast, wir werden bleich oder erröten, der Magen verkrampft sich, der Darm macht sich bemerkbar, die Knie werden weich. Auf diesem Zusammenspiel, auf dieser Einheit von Gefühl, Geist und Körper beruht unser Leben.» *(Quelle: Noa Zanolli, Vom guten Umgang mit Differenzen, Mediatives Denken, 2020, Wolfgang Metzner Verlag, S. 18, 19)*

Die Familie erlebte ein Wunder! Durch die intensive Arbeit, immer mehr auf Augenhöhe und zueinander zu, ging es allen besser. Der Bruder wurde gesund, weil er sein Leben neu in die Hand nehmen konnte, die Überlagerungen und Projektionen der Schwestern aufgelöst wurden und der Filter, durch den sie ihren Bruder sahen, gereinigt werden konnte. Die klarere Sicht auf die Themen und ihren Bruder erleichterte alle. Sie waren wieder zuversichtlich und konnten in kleinen Schritten das gegenseitige Vertrauen neu aufbauen. Danach klappte es auch mit der Verteilung des Geldes und der Regelung weiterer materiellen Werte.

Der Mensch ist das Wesen,
das immer entscheidet.
Und was entscheidet es?
Was es im nächsten Augenblick sein wird.
Viktor E. Frankl

Bettina C. Ammann, lic. iur., Mediatorin SKWM und SDM, Forch,
IfM-Geschäftsleitung 2016-2023, www.ammann-coaching.ch

Foto: Adobe Stock

Geschichte über Nachbarn von Peter Krepper

Gemeinsam wieder lachen

Ein Mann ärgerte sich heftig über seine Nachbarn. Immer wieder zündeten sie ihre Grillkohle ohne Vorwarnung mit chemischen Würfeln an. Das stank ihm buchstäblich nämlich seine Wohnung voll; zumal er gerade bei schönem Wetter ein ausgeprägtes Bedürfnis danach hatte, Fenster und Türen gegen den Garten hin weit zu öffnen.

Ein Wort nur hatte vor längerem schon ein anderes ergeben. Man sprach nicht mehr miteinander und grüsste nur soweit unvermeidlich. Die anderen Parteien im ruhig und gut gelegenen Haus mussten ja nicht unbedingt ihrerseits mitbekommen, wie gross der Ärger und wie schwierig dieses nachbarliche Verhältnis geworden war.

Und wieder ärgerte er sich über seine Nachbarn: Nicht nur stanken die Würfel wie immer, diesmal fanden sich auch zahlreiche Gäste ein. Sie lärmten und grölten herum, als seien sie allein auf der Welt. «Unerhört!», entfuhr es dem Mann durch die offene Terrassentüre. Hoffentlich laut genug, dass man ihn damit gehört hat!

Der Mann beschloss nun, dass es so nicht weitergehen könne. Sein Feierabend war ihm heilig! Dann brauchte er seine Ruhe. Er wollte ab sofort keinen Ärger mehr haben. Als er am folgenden Tag an die Türe der Nachbarn pochte, klopfte ihm heftig das Herz. Tacheles reden und zugleich bei sich bleiben, fand er nicht wirklich einfach! Wieder einmal musste er das feststellen.

Lachend öffnete ihm der Nachbarsjunge, keine zehn Jahre alt, die Türe, sah ihn freundlich an, und fragte den Mann: «Kommst du auch an meine Theateraufführung am Freitag in der Schule»? Bevor der Mann überhaupt etwas antworten konnte, erschien die Mutter des Knaben in der Türe. Ohne Vorspann entschuldigte sie sich dafür, dass es gestern wohl etwas zu laut gewesen sei bei ihnen.

Ein Wort ergab das andere, und der Mann – er verstand sich selbst nicht mehr – wiegelte so gut er es vermochte ab. Nein nein, es sei gar nicht so schlimm gewesen. Im Gegenteil! Feiern müsse doch auch mal sein! Zurück bei sich in der Wohnung ärgerte er sich. Was war bloss in ihn gefahren? Er wollte dem Gestank und neuerdings auch dem Lärm doch klar einen Riegel schieben.
War er ein Feigling geworden?

Einer guten Freundin erzählte der Mann von seinem lächerlichen Fehlstoss. Er meinte, dass er sich womöglich besser eine andere Bleibe suchen sollte. Die Freundin jedoch, erfahren in Konflikten, hielt dagegen. Sie legte dem Freund stattdessen dar, dass es menschlich sei, nicht nur sich ab und an zu ärgern, sondern auch, dass offene Auseinandersetzungen Angst machen können, uns allen!

Zumal unter Nachbarn sei es oft nicht so einfach, sich offen auszusprechen, wenn etwas stört. Lachend erzählte sie dem Mann eine eigene Geschichte mit einer

Nachbarin im Keller, wie kleinmütig sie sich selbst bei diesem Erlebnis verhalten habe. Die Nachbarin habe sie daraufhin zu sich zum Tee eingeladen. Seit diesem klärenden Gespräch lachten sie beide miteinander herzhaft über jene Geschichte.

Ja, das mit dem Lachen, sagte der Mann, das sei schon so eine Sache. Er offenbarte der Freundin, dass es ihm halt immer wieder schwerfalle – gerade in bedrängten Situationen – es leichter zu nehmen. Die Freundin wollte dem Mann helfen. Sie schlug ihm vor, dass er die Grill-Sache mit seinen Nachbarn besser ansprechen könne, wenn eine neutrale Drittperson das Gespräch für sie leite.

Das interessierte den Mann. Im Gespräch mit der Freundin stellte sich heraus, dass eine Mediatorin/ein Mediator darauf spezialisiert ist, den Parteien in einer schwierigen Situation geschützten Raum zu bieten, worin sie einander zuhören und besser verstehen können, um was es ihnen in der Sache wirklich geht. Für beide Seiten liessen sich damit zumeist gute Lösungen finden.

In den folgenden Tagen nahm sich der Mann vor, das im Internet nachzulesen. Mediation. Win-win-Lösungen im geschützten Rahmen. Endlich Ruhe und Frieden abends zuhause! Er stellte sich vor, wie er erneut bei den Nachbarn anklopfte, um eine solche Mediation vorzuschlagen. Und wie wird dann der Nachbarjunge Augen machen, wenn er nun seinerseits zu einer solchen Aufführung einlädt.

Bei diesem Gedanken musste der Mann laut auflachen. Sogleich fühlte er sich stark und gut.

Dr. iur. Peter Krepper, Rechtsanwalt & Mediator SDM/SAV, Zürich, IfM-Geschäftsleitung ab 2023, www.bellevue-mediation.ch
www.krepper.ch

Foto: Adobe Stock

Humor als Lebenshaltung

«Humor ist die Fähigkeit und Gabe eines Menschen, den Unzulänglichkeiten der Welt und der Menschen, den Schwierigkeiten und Missgeschicken des Alltags mit heiterer Gelassenheit zu begegnen, sie nicht so tragisch zu nehmen und über sie und sich lachen zu können.»

Quelle: Duden Fremdwörterbuch

Quelle: C. Schinzilarz & Ch. Friedli, Humor in Coaching, Beratung & Training, Beltz-Verlag, 2013, S. 231, 287

Gerald Hüther: «Lachen befreit Menschen aus eingefahrenen Denkmustern. Das ist immer gut.»

Foto: Adobe Stock

Wir helfen Ihnen, Ihre Interessen zu entwickeln: www.ifm-suisse.ch

Kontaktieren Sie uns: www.ifm-suisse.ch/Mediatorenliste

Wählen Sie Mediation!

Quelle: R. Ponschab & A. Schweizer, Die Streitzeit ist vorbei, Wie Sie mit Wirtschaftsmediation schnell, effizient & kostengünstig Konflikte lösen, Junfermann Verlag, 2004, S. 214
© 2004 KFS/Distr. Bulls

ARBEIT . BEZIEHUNG . BAU . UMWELT .
ERBSCHAFT . FAMILIE . TRENNUNG .
SCHULE . UNTERNEHMEN . TEAM .
GESUNDHEITSWESEN . VEREIN . POLITIK .
MIETFRAGEN . NACHBARSCHAFT . etc .

MIT MEDIATION

- BLOCKIERTE WEGE FREIMACHEN.
- KREATIVE LÖSUNGEN SCHAFFEN.
- TÜREN ZUR VERÄNDERUNG ÖFFNEN.
- ZUKUNFTSGERICHTETE KONFLIKTKLÄRUNG ERMÖGLICHEN.

Unter
www.ifm-suisse.ch/mediatorenliste
finden Sie Mediator*innen, welche Sie engagiert und kompetent bei der Gestaltung von Klärungs- und Veränderungsprozessen unterstützen.

Institut für Mediation