

Mediation

Beziehungen in Bewegung bringen – Konflikte lösen

Mit anderen Menschen gut zusammen zu leben und zu arbeiten gehört zu den wichtigsten, oft aber auch zu den schwierigsten Aspekten unseres Lebens. Wie oft kommt es dabei zu Konflikten und Streitereien. Wiederholt sich ein solcher Streit immer wieder, so wird die Situation zur Sackgasse und die Beteiligten leiden, oder sie flüchten durch Trennung, Umzug, Kündigung des Arbeitsplatzes, oder sie ziehen vor Gericht und gehen zum Anwalt. Aber es geht auch anders: durch Mediation – Konfliktvermittlung.

Mediation ist eine recht neue Art der Konfliktlösung, bei der die Beteiligten ganz anders als bisher gewohnt versuchen, einerseits ihre eigenen Interessen zu wahren und andererseits mit dem Konfliktgegner so in Kontakt zu kommen, dass eine einvernehmliche Übereinkunft möglich wird. Falls dies gelingt, ergeben sich daraus gleich mehrere Vorteile:

- Ausweglos erscheinende Situationen können gelöst werden und der eigene Leidensdruck fällt weg.
- Die Beziehung zwischen den Beteiligten erfährt vielleicht eine dauerhafte Wendung, so dass künftig das Zusammenleben oder die Zusammenarbeit auf einer neuen Ebene stattfinden kann.
- Der Gang vor das Gericht mit allen bekannten Risiken bezüglich des zu erwartenden Urteils und dem damit verbundenen persönlichen Stress wird vermieden. Zudem stehen die Kosten für eine Mediation in keinem Verhältnis zu denen eines Gerichtsverfahrens.

In einer Mediation kommen die Konfliktbeteiligten und ein(e) Mediator(in) zu einem Gespräch zusammen. Der neutrale Mediator hat die Aufgabe, die Streitparteien zu unterstützen. Er muss dafür sorgen, dass jede Partei ausreichend zu Wort kommt, dass Ungleichgewichte ausgeglichen werden (z.B. Hierarchieunterschiede), und er hilft den Beteiligten dabei, die für sie passenden Lösungsmöglichkeiten selbst zu finden. Aber er drängt nicht seine eigenen Lösungen von außen auf, die vielleicht für andere nicht richtig passen, und er trifft keine Entscheidungen bezüglich der Konfliktlösung.

Zunächst geht es in einem solchen Prozess darum, die unterschiedlichen Sichtweisen zur Situation zu hören und zu verstehen. Natürlich spielen dabei neben den reinen Fakten immer die Gefühle und persönlichen Differenzen und Wertevorstellungen der Menschen eine sehr große Rolle. Daher bekommen alle Parteien genügend Zeit, um ihre Ansichten darzustellen. Der Mediator wird nun versuchen, die oftmals sehr verwickelten und unübersichtlichen Themen zu ordnen und zu trennen, denn meist geht es ja nicht nur um ein einzelnes Thema.

Im Verlauf des Mediationsgesprächs versucht nun der Mediator, die Bedürfnisse der einzelnen Beteiligten herauszuarbeiten, denn diese sind zunächst hinter Forderungen und Interessen verborgen. Dazu ein Beispiel: Wenn jemand sagt, er brauche ein großes Auto, dann ist sein Bedürfnis dahinter noch nicht bekannt. Dieses könnte u.a. sein: Er hat eine große Familie, oder er sucht Anerkennung und braucht dafür ein Statussymbol, oder er hat ein großes Sicherheitsbedürfnis. Sind diese verborgenen Bedürfnisse für alle sichtbar geworden, entsteht meist schon Verständnis und eine deutlich spürbare Entspannung der Atmosphäre macht sich breit. Wenn dies gelungen ist, dann können in einer viel besseren Stimmung solche Lösungswege gesucht werden, die den Bedürfnissen aller Beteiligten gerecht werden, denn nur wenn diese Bedingung erfüllt ist, werden die Parteien später zufrieden sein.

Am Ende der Mediation werden dann aus den gesammelten Lösungsvorschlägen diejenigen herausgefiltert, die realistisch genug sind und die auch als langfristig tragfähig erscheinen. Diese werden nun in sehr konkret formulierte Vereinbarungen gefasst, und bei jeder einzelnen Vereinbarung wird notiert, wer sich darum kümmert und bis zu welchem Termin. Schließlich wird dies von allen Beteiligten unterschrieben, wodurch die Beschlüsse ihren verbindlichen Charakter erhalten.

In der Mediation geht es immer darum, die Beziehungen zwischen Menschen, die nicht mehr richtig in Kontakt miteinander stehen, in Bewegung zu bringen, Verhärtungen aufzulösen und neue Möglichkeiten der Kommunikation zu schaffen. Dabei stellt sich neben den diversen Sachthemen in sehr vielen Fällen heraus, dass die Art der Kommunikation, wie sie bisher zwischen den Beteiligten lief, statt Öl eher Sand im Getriebe der Beziehung darstellte. Bei meinen Mediationen kommen hier immer auch Bestandteile der »Gewaltfreien Kommunikation« (nach M. Rosenberg) zur Anwendung, wodurch es meist recht schnell gelingt, eine deutliche Entspannung der Fronten herbeizuführen (siehe Naturscheck Sommer 2012). Es ist dabei immer wieder erstaunlich, wie Konfliktparteien durch die Anwesenheit und Anleitung eines neutralen Dritten zur Verständigung kommen können.

Für wen ist Mediation geeignet? Da Mediation immer eine freiwillige Teilnahme voraussetzt, ist dies die wichtigste Hürde, die im Vorfeld genommen werden muss, denn nur wenn trotz aller Verhärtungen und Gegensätze eine grundsätzliche Bereitschaft bei allen vorhanden ist, kann etwas bewegt werden.

Hier ein paar Anwendungsbeispiele aus der Praxis, wobei deutlich wird, dass eine Mediation nicht auf zwei Personen beschränkt ist:

- Paarbeziehungen, die bei bestimmten Punkten an ihre Grenze geraten.
- Vater und Tochter, die seit vielen Jahren den Kontakt abgebrochen haben und darunter leiden.
- Kolleginnen einer Schule, die nicht mehr konstruktiv zusammenarbeiten können (auch über Hierarchiegrenzen hinweg).
- Ein ganzes Arbeitsteam eines Betriebs oder einer sozialen Einrichtung, in dem es mehrere Konfliktachsen gibt und dessen Arbeitsabläufe dadurch ständig gestört werden.
- Zwei ganze Abteilungen eines Betriebs, die mehr gegeneinander als miteinander arbeiten.
- Nachbarschaftskonflikte um Bäume oder Lärm.
- Zwei Eigentümer eines kleinen Betriebs, die seit über einem Jahr nicht mehr miteinander sprechen können.
- Vereinsvorstände und ehrenamtliche Mitarbeiter mit unterschiedlichen Ideen und Idealen.
- Erbschaftsstreitigkeiten in der Familie.
- Konflikte in Wohnungseigentümergeinschaften bzw. zwischen Mieter und Vermieter.

Zu Beginn einer Mediation stehen zwar meist negative Aspekte und auch Ängste im Raum. Umso mehr jedoch entsteht am Ende einer gelungenen Mediation bei allen Beteiligten ein richtiges Glücksgefühl und große Zufriedenheit.

Autor

Jochen Lorenz, Mediator aus Flein (bei Heilbronn)

www.konfliktloesen.de

E-Mail: info@konfliktloesen.de