

# Liebe\*r Lesende,

**D**as Spannungsverhältnis zwischen Macht und Ohnmacht ist allgegenwärtig und begegnet uns in unterschiedlichsten Kontexten. In der Pflege, im Beruf, in Beziehungen und auch in der Mediation. In vielen Fällen ist es ein fragiles Konstrukt und die Grenzen verlaufen fließend von sich mächtig bis sich ohnmächtig fühlen. Für uns Grund genug, uns mit diesen beiden Polen und dem Dazwischen zu beschäftigen und einen Schwerpunkt daraus zu machen.

Oft sind es vor allem die großen Ereignisse, denen wir uns schier ausgesetzt fühlen, bei denen wir ein starkes Gefühl der Machtlosigkeit erleben. Ein solches Ereignis war sicherlich für viele der 7. Oktober 2023 – der Angriff der Hamas auf Israel und dessen Folgen. Wie geht man mit einer solchen Situation um? Wie mit der Angst, die deutsche Juden\*Jüdinnen in Deutschland – wieder einmal – verspüren müssen? Ein Weg, der Mediator\*innen nicht fremd ist, ist der Dialog. Und genau diesen Weg ist Shai Hoffmann mit seinem Projekt »Über Israel und Palästina sprechen« gegangen. Für die Sonderserie »Selbstbestimmt leben« haben wir mit dem Aktivisten über seine Erfahrungen gesprochen.

Was haben Journalismus und Mediation gemeinsam? Das wollten wir von der Journalistin und Mediatorin Ellen Heinrichs wissen. Sie plädiert dafür, mehr Fragetechniken, die wir wie selbstverständlich in der Mediation nutzen, auch im Journalismus einzusetzen. Ihr Fazit: Es erhöht die Gesprächsqualität! Aber wie ist es um die journalistische Neutralität bestellt? Antworten finden Sie in den Impulsen.

Den Schwerpunkt haben wir zusammen mit dem Heftpaten Prof. Dr. Hendrik Fenz gestaltet. Auch hier haben wir versucht auszuleuchten, wann und wo **mächtige Ohnmacht – ohnmächtige Macht** eine Mediation oder einen Konflikt beeinflussen. Ein Moment des sich Schämens hat bestimmt jede\*r schon einmal erlebt, bei sich selbst oder bei Mediand\*innen. Dr. Stephan Marks setzt sich mit diesem wichtigen Gefühl auseinander. Er zeigt insbesondere die positiven Seiten dieser für viele unangenehmen Regung auf. Der zweite Beitrag spricht ein Thema an, dass in unserer Gesellschaft immer mehr an Bedeutung gewinnt: Demenz. Hier wechselt das Gefühl von Macht und Ohnmacht schnell zwischen der erkrankten Person und den Zugehörigen. Konflikte scheinen unausweichlich. Wie man damit gut umgehen kann, erfahren Sie von Rita Lamm. Ulrich Borchard blickt danach in Organisationen und beschreibt, wie Mitarbeitende Veränderungen erleben und was sie brauchen, damit sie den Wandel positiv begleiten

und gestalten können. Wie barrierefrei ist Mediation wirklich? Dieser Frage geht im Anschluss Aldona Anna Fenz nach. Sie zeigt als Praktikerin, die sie ist, auf, wo nach wie vor Mängel herrschen und wie diese behoben werden können. Und, man ahnt es schon, die Barrierefreiheit beginnt lange bevor die Mediand\*innen mit der eigentlichen Mediation starten können. Wie werden Kinder konfliktfähig, welche Rolle spielen Eltern und andere wichtige Bezugspersonen dabei und können Erwachsene etwas vom Konfliktverhalten von Kindern lernen? Dies sind nur einige Fragen, die wir wiederum der renommierten Erziehungswissenschaftlerin Prof. Dr. Fabienne Becker-Stoll gestellt haben. Doris Morawe hat schließlich einen sehr persönlichen Artikel verfasst, in dem sie das Verhältnis von Macht und Ohnmacht anhand einer Paarmediation beleuchtet.

Zoë Schlär eröffnet mit ihrem Beitrag zur psychischen Gesundheit von Mediand\*innen die Rubrik »Aus der Praxis für die Praxis« und erläutert, wie man sensibel mit psychisch belasteten oder erkrankten Klient\*innen umgeht. Wolfgang Dörner und Imke Kerber berichten, wie diskriminierungsfreie Konfliktbearbeitung in Kommunen funktionieren kann und wo Visionen auf die Praxis treffen. Wie es nach vier Jahren um die Konflikthotline bestellt ist, zeigt eine Evaluation, deren Ergebnisse jetzt vorliegen. Sie unterstreichen die Bedeutung dieses Angebots des Bundesverbandes Mediation. Einzelheiten stellt Ulrike Dürnfeld vor.

In der Rubrik »Aus Politik, Wissenschaft und Recht« führt Dr. Theresa Züger aus, vor welche Herausforderungen die Digitalisierung die Mediation stellt, aber auch welche Chancen sie birgt.

Egal wo Sie diese Ausgabe lesen, ob am Meer, auf einer Bank in den Bergen oder auf Balkonien – ich wünsche Ihnen einen entspannten Sommer.

Herzlich Ihr



Jörn Valldorf  
Chefredakteur



© Johannes Berger

# Heftvorschau – Schwerpunkte

© Adobe Stock / alsward



**Heft 97: »Diskriminierungsfreie Mediation – Utopie oder Realität?«**

**Heft 98: »Vor der Zerreißprobe? – Die verarmte Gesellschaft«**

**Heft 99: »Täter-Opferausgleich und Mediation – 2 Wege, 1 Ziel«**

**Heft 100: »Bei Mediators unterm Sofa«**

## Impressum

ISSN: 1869-6708 (Print-Version)  
ISSN: 2750-2481 (digitale Version)  
21. Jahrgang, Heft 2/2024  
<https://doi.org/10.30820/1869-6708-2024-2>

**Herausgeber**  
Bundesverband MEDIATION e.V.  
Wittestrae 30 K, 13509 Berlin

**ViSdP:** Christian Hartwig

**Redaktion**  
Jörn Valldorf, Chefredakteur  
E-Mail: [joern.valldorf@bmev.de](mailto:joern.valldorf@bmev.de)  
Antje Henkel-Algrang, Redakteurin  
E-Mail: [antje.henkel-algrang@bmev.de](mailto:antje.henkel-algrang@bmev.de)

**Lenkungsausschuss**  
Alexandra Bielecke, Dr. Birgit Keydel,  
Gudrun Schwanert-Tschechne

**Redaktionsbeirat**  
Alexandra Bielecke, Dr. Mathis Danelzik,  
Prof. Dr. Dr. Hans-Joachim Gießmann,  
Lisa Hinrichsen, Antigone Kiefner, Dr. Bettina  
Knothe, Sabine Langhirt, Prof. Dr. Cristina Lenz,  
Dr. Tobias Link, Tilman Metzger,  
Prof. Dr. Anusheh Rafi sowie Jörn Valldorf

**Lektorat, Satz und Bildredaktion**  
Psychosozial-Verlag GmbH & Co. KG

**Anzeigen**  
Bundesverband MEDIATION e.V.:  
030 549060 8-0, [info@bmev.de](mailto:info@bmev.de)  
Psychosozial-Verlag GmbH & Co. KG:  
0641 969978-31,  
[anzeigen@psychosozial-verlag.de](mailto:anzeigen@psychosozial-verlag.de)

**Mediadaten**  
[www.bmev.de/ueber-den-verband/  
spektrum-mediation/mediadaten.html](http://www.bmev.de/ueber-den-verband/spektrum-mediation/mediadaten.html)  
[www.psychosozial-verlag.de/cms/  
mediadaten.html](http://www.psychosozial-verlag.de/cms/mediadaten.html)

**Verlag**  
Psychosozial-Verlag GmbH & Co. KG  
Walltorstr. 10, 35390 Gießen  
0641 969978-26, [info@psychosozial-verlag.de](mailto:info@psychosozial-verlag.de)  
[www.psychosozial-verlag.de](http://www.psychosozial-verlag.de)

© Bundesverband MEDIATION e.V. –  
Die Zeitschrift und alle in ihr enthaltenen Beiträge  
sind urheberrechtlich geschtzt.

Die Bildrechte liegen, soweit nichts anders angege-  
ben, bei den Autor\*innen und beim Bundesverband  
MEDIATION e.V.

Jede Verwertung außerhalb der Freigrenzen des  
Urheberrechts ist ohne Zustimmung des Verlags  
bzw. des Bundesverbandes MEDIATION e.V. un-  
zulässig. Dies gilt insbesondere für Vervielfltigun-  
gen, Übersetzungen und die Einspeicherung und  
Verarbeitung in andere elektronische Systeme oder  
die Veröffentlichung auf anderen Webseiten. Ver-  
vielfltigungen zum privaten und sonstigen eige-  
nen Gebrauch sind nur gemäß § 53 UrhG zulässig.  
Für angenommene Manuskripte räumen die  
Autor\*innen dem Bundesverband MEDIATION e.V.  
räumlich und zeitlich unbeschränkt das Recht zur  
Vervielfältigung und Verbreitung sowie zur unkr-  
perlichen öffentlichen und individuellen über-  
mittlung und Wiedergabe des Beitrages in der  
Zeitschrift ein, und zwar für alle Druck- und Da-  
tentrgerausgaben, sowie zur Nutzung in und aus  
Speichermedien (Datenbanken) auch im Wege des  
Internets. Ferner räumen die Autor\*innen dem  
Verlag räumlich und zeitlich unbeschränkt die  
Rechte ein für Nachdrucke, Abstracts (auch in  
fremdsprachigen Fassungen), Sonderausgaben im  
Rahmen der Zeitschrift und Nachdrucke in Kom-  
bination mit anderen Werken oder Teilen daraus.  
Die Rechte werden eingeräumt:

- für die Dauer von einem Jahr ab der Veröffent-  
lichung des Beitrags als ausschließliches Recht,
- anschließend als einfaches Recht.

Die Autor\*innen versichern, dass sie über die urhe-  
berrechtlichen Nutzungsrechte an ihren Beiträgen  
einschließlich aller Abbildungen allein verfügen  
können und keine Textstellen oder Abbildungen  
bernommen haben, für die sie keine Rechte haben,  
und dass sie auch sonst mit ihren Beiträgen keine  
Rechte Dritter verletzen.

## Buchrezensionen

Wir akzeptieren die Regeln des Börsenvereins des  
Deutschen Buchhandels e.V. zur Verwendung von  
Buchrezensionen ([www.boersenverein.de](http://www.boersenverein.de)).

**Bildcredits Coverbild:**  
© Adobe Stock / dhiyaeddine

**Erscheinungsweise:** viermal jährlich

**Bezug:** Jahresbezugspreis € 44,90 zzgl. Portokosten;  
Einzelheft € 16,- zzgl. Portokosten  
Das Abonnement verlängert sich um jeweils ein Jahr,  
sofern nicht eine Abbestellung bis acht Wochen vor  
Beendigung des Bezugszeitraums erfolgt.

**Bestellung unter:**  
[bestellung@psychosozial-verlag.de](mailto:bestellung@psychosozial-verlag.de)

Der Bezug der Fachzeitschrift ist im Mitgliedsbeitrag  
(auch bei Fördermitgliedschaft) des Bundesverband-  
des MEDIATION e.V. eingeschlossen.

*Spektrum der Mediation* bringt Beiträge aus  
allen Bereichen der Mediation – gerne auch von  
Autor\*innen, die nicht BM-Mitglieder sind. Wir  
freuen uns über Artikel, Ergänzungen und  
Vorschläge. Bitte auch an Fotos, Zeichnungen, Schemata  
inkl. Urheberrechte denken.  
Wir bitten um Beachtung der Autor\*innenhinweise.  
Diese können von der Website  
heruntergeladen werden: [www.bmev.de/  
ueber-den-verband/spektrum-mediation/  
spektrum-mediation-autor-werden.html](http://www.bmev.de/ueber-den-verband/spektrum-mediation/spektrum-mediation-autor-werden.html)

**Bitte nehmen Sie vor dem Schreiben Kontakt mit  
der Redaktion ([joern.valldorf@bmev.de](mailto:joern.valldorf@bmev.de) oder  
[antje.henkel-algrang@bmev.de](mailto:antje.henkel-algrang@bmev.de)) auf.**

# Inhalt



## Sonderserie 2024: Selbstbestimmt leben

»Wir brauchen neue Sender-Empfänger-Modelle« –  
*Shai Hoffmann im Gespräch mit Jörn Valldorf und Antje Henkel-Algrang* 6

## Impulse

Mehr Mediation im Journalismus wagen –  
*Ellen Heinrichs im Gespräch mit Antje Henkel-Algrang und Jörn Valldorf* 10



## Schwerpunkt: Mächtige Ohnmacht – ohnmächtige Macht

Scham – ein Thema für die Mediation –  
*Dr. Stephan Marks* 14

Demenz – eine besondere Herausforderung –  
*Rita Lamm* 17

Mit (Ohn-)Macht durch den Wandel –  
*Ulrich Borchard* 21

Mediation barrierefrei? – Zeit zu handeln! –  
*Aldona Anna Fenz* 25

Wie Kinder lernen, Konflikte zu lösen – *Prof. Dr. Fabienne Becker-Stoll*  
*im Gespräch mit Anke Henkel-Algrang und Jörn Valldorf* 29

Die Macht der Ohnmacht –  
*Doris Morawe* 33



## Aus der Praxis – für die Praxis

Psychische Gesundheit in der Mediation –  
*Zoë Schlär* 36

Diskriminierungsfreie Konfliktbearbeitung in Kommunen –  
*Wolfgang Dörner und Imke Kerber* 39

4 Jahre »Empathie-Hotline« –  
*Ulrike Dürnfeld* 42



## Im Fokus von Wissenschaft, Politik und Recht

Mediation im digitalen Zeitalter –  
*Dr. Theresa Züger* 46

## Rezensionen

Steffen Mau, Thomas Lux & Linus Westheuser: Triggerpunkte.  
Konsens und Konflikt in der Gegenwartsgesellschaft –  
*Dr. Christine Pütz* 49

Susanne Strobach & Ulrike Zika: Logbuch Achtsamkeit und Mitgefühl –  
*Ines Reimers* 50





© Adobe Stock / patpitchaya

# »Wir brauchen neue Sender-Empfänger-Modelle«

Shai Hoffmann im Gespräch mit Jörn Valldorf und Antje Henkel-Algrang

Wieder einmal war über Nacht die Welt nicht die gleiche wie noch tags zuvor. Der Angriff der Hamas auf Israel hat im Oktober 2023 der Welt einen neuen, alten Krisenherd beschert. Auch dieser Krieg hat Auswirkungen auf uns, unser Land und besonders auch auf unsere Mitbürger\*innen jüdischen Glaubens. Shai Hoffmann ist in mehrfacher Hinsicht betroffen: Er ist Jude, lebt in Deutschland und hat Familie in Israel. Wichtig für ihn ist, die Sprachlosigkeit zu überwinden und Dialogräume zu schaffen. Wie das geht und wie er sich gerade fühlt, haben wir ihn gefragt.

**SDM:** Herr Hoffmann, wann waren Sie das letzte Mal sprachlos?

**SH:** Gestern aufgrund des sogenannten Antisemitismus-Eklats auf der Berlinale.

**SDM:** Sie sagen »sogenannt«, warum?

**SH:** Ich glaube, wir stellen am Ende fest, dass wir wieder nur darüber sprechen, wie wir als Deutsche damit umgehen und

dass es um die Befindlichkeiten der Deutschen geht und nicht um das eigentliche Thema. Es geht aber um das Zuhören und Verstehen von preisgekrönten Filmemachern, die aus ihren Kulturkreisen und Diskursräumen mit bestimmten Terminologien und Diskursen nach Deutschland kommen und hier Wörter benutzen, die bei uns leider Buzzwords sind und als Antisemitismus gelabelt werden. Der Aufschrei von Spitzenpolitiker\*innen zeigt mir, dass wir nicht mehr

gewillt sind, einander zuzuhören und zu verstehen, dass da einfach zwei Menschen ihren Film erklären. Bei der Preisverleihung hat der israelische Regisseur die Ursachen der eklatanten Ungerechtigkeiten in Israel beleuchtet und dabei das Wort »Apartheid« benutzt. Das ist natürlich schwierig in unserem Diskursraum und ich erachte Israel auch nicht als Apartheidstaat. Aber es geht doch darum, dass zwei Menschen mit ihrem Film zeigen, dass der eine durch die Be-



© Adobe Stock / LIGHTFIELD STUDIOS

# Mehr Mediation im Journalismus wagen

*Ellen Heinrichs im Gespräch mit Antje Henkel-Algrang und Jörn Valldorf*

Stellen Sie sich vor, Sie führen ein Interview und nutzen Fragetechniken aus der Mediation oder spiegeln gar die ein oder andere Antwort? Würde dies das Interview verbessern oder verschlechtern? Wäre die journalistische Unabhängigkeit bedroht oder würde es die Interviewqualität steigern, da es zu einem echten Austausch kommt? Ellen Heinrichs vom Bonn Institute plädiert genau dafür: Journalismus und Mediation zu verbinden.

**Spektrum der Mediation (SdM):** *Was meinen Sie, würde meine Kollegin sagen, wenn ich sie fragen würde, warum Sie angefangen haben, sich mit den Wechselwirkungen von Mediation und Journalismus zu beschäftigen?*

**Ellen Heinrichs (EH):** Gleich eine zirkuläre Frage zum Einstieg (*lacht*). Wahrscheinlich denkt Ihre Kollegin, diese Frau ist auf der Suche nach neuen Wegen für Journalismus in konfliktreichen Zeiten.

**SdM:** *Sie sind ausgebildete Mediatorin. Wie hat sich dadurch Ihre Arbeit als Journalistin verändert?*

**EH:** Ich habe die Mediationsausbildung coronabedingt über einen langen Zeitraum hinweg absolviert und bin im vergangenen Jahr erst fertig geworden. Schon mit 18 Jahren habe ich mich als freie Reporterin bei der *Rheinischen Post* mit Konflikten beschäftigt. Konflikte sind für Journalist\*innen hochrelevant. Wir berichten andauernd über Konflikte. D.h., man wird nicht Journalist\*in, wenn man nicht ein grundsätzliches Interesse an Konflikten hat. Erst als ich anfang, mir darüber Gedanken zu machen, wie man eigentlich den Journalismus verändern muss, damit Menschen ihn weniger absichtsvoll vermeiden, weil er sie stresst und psychisch belastet, bin ich auf die

Frage gestoßen: Ist es vielleicht so, dass wir im Journalismus Konflikte eher noch amplifizieren, als dass wir dazu beitragen, dass Menschen sich in unserer Gesellschaft mit ihren Perspektiven gut gesehen und verstanden fühlen? Tragen wir Journalist\*innen dazu bei, einen konstruktiven Dialog zu fördern? Okay, dachte ich mir, jetzt muss ich einfach mal schauen. Es gibt doch Menschen, Professionen, die sich mit Konflikten beschäftigen. Möglicherweise haben sie ein besseres Handwerkszeug als wir im Journalismus, um mit Menschen umzugehen, die in Konflikten stehen. Vielleicht kann ich da etwas lernen. So bin ich auf die Mediation gestoßen.



# Scham – ein Thema für die Mediation

Dr. Stephan Marks

Scham kann in jeder Begegnung, in jeder Arbeit mit Menschen akut werden. Insbesondere wenn Konflikte mit den dazugehörigen Schamgefühlen im Spiel sind wie in der Mediation. Für gelingende Mediationsprozesse ist es wichtig, dass Mediator\*innen Scham erkennen und kompetent begleiten können.<sup>1</sup>

**S**cham ist eine schmerzhaft emotionale, die häufig tabuisiert wird; dadurch wird oft übersehen, dass sie auch positive Aufgaben hat: Leon Wurmser (2017) versteht sie als »Wächterin« der Menschenwürde. Die Vorläufer der Scham entwickeln sich mit der frühen Eltern-Kind-Kommunikation, von besonderer Bedeutung ist die Qualität des Blicks. Die eigentliche Scham beginnt ab etwa Mitte des 2. Lebensjahrs. Scham gehört zum Menschsein. Jeder Mensch (außer ganz wenigen Ausnahmen, wenn ein Gehirndefekt vorliegt) kennt Scham. Sie ist jedoch zugleich *individuell* verschieden ausgeprägt und verschieden je nach *Alter* sowie nach *Geschlechts-* und

*Kulturzugehörigkeit*. Scham ist ein sehr peinigendes Gefühl, das eng mit Körperreaktionen verbunden ist wie etwa Erröten, Schwitzen, Abwenden des Blicks. Wer sich schämt, der »igelt« sich ein (vgl. Riedel, 1991), möchte im Erdboden versinken. So zeigt schon die Körperhaltung: Scham macht narzisstisch. Auch die deutsche Sprache bringt dies zum Ausdruck (»Er schämt *sich*«), d. h. die sich schämende Person kreist ganz um sich selbst.

**Unbewusste Scham trennt, isoliert, macht einsam, entsolidarisiert**

Scham trennt (solange sie unbewusst ist); sie unterbricht die Beziehung,

macht einsam, isoliert, entsolidarisiert. Sie kann von flüchtig bis dauerhaft sein; von oberflächlich bis abgrundtief. Doch *Scham* ist nicht mit *Beschämung* zu verwechseln: Scham ist eine natürliche Reaktion einer sich schämenden Person (z. B. aufgrund eines begangenen Fehlers). Beschämung bedeutet jedoch, einen anderen Menschen zu verhöhnen, zu verachten, auszugrenzen etc. Zu unterscheiden ist auch zwischen einem gesunden Maß und einem traumatischen Zuviel an Scham, wenn das Ich von Schamgefühlen überflutet wird. Einen Fehler gemacht zu haben, wird dann erlebt als »ein Fehler zu *sein*«; dies ist ein Zustand existenzieller Angst. Dabei werden andere neuronale Systeme aktiviert verglichen mit Situationen, in denen ein Mensch Würde erfährt. Trau-

<sup>1</sup> Teile dieses Artikels wurden bereits an anderer Stelle veröffentlicht.



# Mediation *barrierefrei?* – Zeit zu handeln!

*Aldona Anna Fenz*

Dem großen Willen, Inklusion zu leben, steht ein ebenso großes Defizit an Umsetzungs-kompetenz entgegen. Als Koordinatorin für Belange von Menschen mit Behinderung – und damit als Praktikerin in Schaffung von Barrierefreiheit – sage ich:

»Die Zeit der Willensbekundungen ist vorbei. Jetzt ist die Zeit der Umsetzung!«  
Strukturelle Barrierefreiheit muss selbstverständlicher Teil unserer Gesellschaft sein.

Is es Konsens, dass alle Menschen ein Recht auf gesellschaftliche Teilhabe haben? Stehen alle Angebote des gesellschaftlichen Lebens allen Einwohner\*innen unseres Landes zur Verfügung? Trifft dieser Anspruch auch für den Personenkreis der Menschen mit Behinderung zu? Haben diese Personen tatsächlich Zugang zu Angeboten wie der Konfliktbearbeitung mithilfe von Mediation? Hand aufs Herz: Ist Dein Mediationsangebot barrierefrei? Finden Menschen Informationen zu Deinen Workshops in Leichter Sprache? Ist Deine Homepage so gestaltet, dass die Inhalte mit Hilfe eines Screenreaders vorgelesen werden können? Und was ist mit Deinen Räumlichkeiten... barrierefreier Zugang, barrierefreies WC? Dabei hat

Mediation mit ihrer nach individuellen Bedürfnissen und Bedarfen forschenden Grundhaltung das Zeug zum Empowerment-Instrument für Menschen mit Behinderung!

Mit der Ratifizierung der UN-Behindertenrechtskonvention 2009 fiel der Startschuss zu einem Paradigmenwechsel:

**»Während früher das medizinisch-defizitäre Verständnis von Behinderung im Vordergrund stand, Behinderung als Nachteil empfunden worden ist [...], ist es durch die UN-**

**Behindertenrechtskonvention gelungen, einen menschenrechtlichen Ansatz zu etablieren: Menschen mit Behinderungen sind Träger\*innen von Menschenrechten und der Staat ist in der Pflicht, die Rechte von Menschen mit Behinderungen zu achten, zu gewährleisten und zu schützen.«<sup>1</sup>**

<sup>1</sup> UN-Behindertenrechtskonvention | Institut für Menschenrechte (institut-fuer-menschenrechte.de).



# Wie Kinder lernen, Konflikte zu lösen

Prof. Dr. Fabienne Becker-Stoll im Gespräch mit Antje Henkel-Algrang und Jörn Valldorf

Beständige liebevolle Fürsorge der engsten Bezugspersonen bildet die Basis einer gesunden Entwicklung im Kindesalter. Häufig erkennen Erwachsene die Grundbedürfnisse von Kindern jedoch nicht, reagieren unangemessen auf Alarmsignale und sind überfordert, wenn Konflikte entstehen. Fabienne Becker-Stoll, Direktorin des Staatsinstituts für Frühpädagogik und Medienkompetenz in Bayern, erläutert, wie Eltern und Pädagog\*innen ihrer Verantwortung gerecht werden, die sozial-emotionalen Kompetenzen von Kindern fördern und ihre Konfliktfähigkeit stärken können.

**Spektrum der Mediation (SdM):** *Wir wollen über Konfliktfähigkeit im Kindesalter sprechen, sollten aber erst einmal klären, was die besten Voraussetzungen für die Entwicklung von Kindern sind.*

**Fabienne Becker-Stoll (FBS):** Ideale Bedingungen entstehen dadurch, dass Kinder von Anfang an in einer engen emotionalen Beziehung zu den Personen leben, die ihnen am nächsten stehen. In der Entwicklungspsychologie nennen wir sie Bindungspersonen. Meistens sind es mehrere, etwa zwei Eltern und noch jemand.

**SdM:** *Haben Kinder, die früh zur Adoption freigegeben werden, Nachteile in ihrer Entwicklung?*

**FBS:** Nein, wenn eine Adoptivfamilie einem Kind ein stabiles Umfeld bietet, entstehen keine Nachteile. Ein Baby bindet sich in den ersten 12 Monaten an die Personen, die sich am intensivsten um sein Wohlergehen kümmern. Dabei macht es keinen Unterschied, ob diese Personen blutsverwandt sind. Sie müssen nur fähig sein, feinfühlig auf all seine Bedürfnisse einzugehen. Die Natur hat es so eingerichtet, dass Neugeborene

mit einem sehr empfindlichen Alarmsystem auf die Welt kommen. Sie tun alles dafür, eine Bindung aufzubauen und Aufmerksamkeit zu erregen, damit ihre Grundbedürfnisse befriedigt werden.

**SdM:** *Zu den Grundbedürfnissen gehören wohl die Versorgung mit Nahrung, die Hygiene und der Schutz vor Kälte und Hitze.*

**FBS:** Ja, das sind einige der wichtigen körperlichen Grundbedürfnisse. Ganz essenziell ist auch die häufige körperliche Nähe eines vertrauten und zuge-



# Psychische Gesundheit in der Mediation

Zoë Schlär

In Mediationen begegnen wir immer wieder Mediand\*innen, die physisch erkrankt sein können. Dabei ist die Bandbreite der Erkrankungen groß und ganz unterschiedlich ausgeprägt. Sie reicht von Depressionen über Zwangsstörungen bis hin zu posttraumatischen Belastungsstörungen. In der Praxis stellt sich die Frage, ob hier eine Mediation überhaupt möglich ist. Was müssen Mediator\*innen wissen und beachten, wenn sie mit betroffenen Klient\*innen arbeiten? Hilfreich ist es, eigene Grenzen zu kennen und achtsam mit sich und seinem Gegenüber umzugehen.

**D**ie Kenntnis über psychische Störungen ist in unserer Gesellschaft nur gering und die Verunsicherung mit Menschen, die psychisch erkrankt sind, ist groß. Auch wenn das Bewusstsein z. B. für Depressionen langsam, aber stetig zunimmt und große bundesweite Kampagnen auf diese und andere Diagnosen aufmerksam machen, ist doch nach wie vor ein Wegschauen, Nicht-Antworten oder Kleinreden zu beobachten.

Ein gut gemeinter Tipp wie »Ach ja, ich bin auch manchmal traurig, dann geh ich einfach spazieren. Hast du das mal versucht?« hilft Menschen in Depressionen gar nicht – im Gegenteil. Wer sich nicht gehört und in den eigenen Gefühlen nicht wahrgenommen fühlt, wird eher laut und aggressiv oder eben noch stiller und zieht sich in sich selbst zurück. Und schon sind wir bei der Verknüpfung zur Mediation. Denn Menschen in ihren Bedürfnissen

wahrzunehmen und auf einen Lösungsweg zu begleiten, ist ja der Kern unserer Tätigkeit.

Natürlich hilft eine Mediation nicht weiter, wenn Menschen psychisch erkranken. Aber wir Mediator:innen bringen quasi alles mit, um behutsam mit Menschen ihre psychische Gesundheit anzusprechen und sie ggf. zu unterstützen – so lange wir uns unserer Rolle bewusst sind und nicht über das Ziel hin-



© Adobe Stock / Rymden

# Mediation im digitalen Zeitalter

Dr. Theresa Züger

Digitalisierung durchdringt als gesamtgesellschaftliche Transformation alle Lebensbereiche, auch das Verfahren der Mediation. Aber welche Veränderungen bringt sie für die Mediation mit sich, welche Möglichkeiten ergeben sich, vor welchen Herausforderungen stehen Mediator\*innen? Und wie verändern sich die Bedürfnisse der Mediand\*innen im digitalen Zeitalter?

**W**ie der Theoretiker Felix Stalder (2017) erläutert, steht der Begriff der Digitalisierung »nicht bloß für Phänomene wie Automatisierung oder digitale Massenkommunikation, sondern viel grundlegender für einen Wandel unserer Lebenswelt, der auch unser Selbstverständnis und das Verständnis von Gesellschaft insgesamt betrifft«. Dieser Wandel betrifft daher alle gesellschaftlich relevanten Bereiche – auch den Bereich der Konfliktlösung. Die vielleicht deutlichste Auswirkung der Digitalisierung zeigt sich in Form von Mediation per Videokonferenz. Die Online-Mediation als möglicher Ersatz für ein physisches Zusammentreffen zur Mediation ist besonders in den USA mittlerweile weitverbreitet. Mediatorin und Ausbilderin Andrea Hartmann-Piraudeau (2023) bezeichnet Online-Mediation gar als »the new normal«, also als die neue Normalität in der Mediation, da sich das Verfahren, Mediation via Videokonferenz durchzuführen, während der Covid-19-Pandemie etabliert habe. Genutzt werden für die Mediation übliche Tools für Videokonferenzen

wie bspw. Zoom, Meet, WebEx oder Microsoft Teams. Laut Hartmann-Piraudeau entstehen dadurch viele Vorteile für Mediation und Mediand\*innen, wie bspw. dass die Mediation zeitlich flexibler, über Distanz und dennoch für die Konfliktparteien in vertrauter Umgebung durchgeführt werden kann. Dies könne emotional entlasten und die Schwelle für eine Mediation senken (Zimmer et al., 2022, S. 62). Auch für Mediator\*innen sinkt der Aufwand, durch entfallende An- und Abreise sowie keine Notwendigkeit, einen Raum bereitzustellen, was auch Kosten senken kann. Paul Stenzel (2023) argumentiert, dass eine höhere emotionale Distanz, die mitunter durch eine Videokonferenz entsteht, nicht nur Nachteil sei, sondern laut Anwender\*innen auch positiv wirken könne. Bei besonders emotionalen Situationen sei die digitale Vermittlung ein »Puffer«, der es leichter mache, mit starken Emotionen umzugehen.

Forschung in den USA deutet an, dass Online-Mediation genauso effektiv sein kann wie traditionelle persönliche Mediation. Einige Studien im US-amerika-

nischen Raum zeigen, dass Online-Mediation in bestimmten Situationen sogar effektiver sei. Eine vom National Center for State Courts durchgeführte Studie (zit. n. Hartmann-Piraudeau, 2023) ergab bspw., dass Online-Mediation durch Gerichte in Fällen von häuslicher Gewalt effektiver sei als traditionelle persönliche Mediation. Inwieweit diese Erfolgsquote auch für außergerichtliche und nicht-juristische Konfliktthemen gilt, ist eine offene Frage. Leider gibt es auch keine belastbaren Zahlen, wie häufig und mit welchem Erfolg Mediationen per Videokonferenz durchgeführt werden. Jedoch findet man auch in Deutschland vermehrt auf den Websites von Mediator\*innen das Angebot der Mediation per Videocall.

Neben allen Vorteilen, die verschiedene Autoren beschreiben, ergeben sich jedoch auch Nachteile oder zumindest einige Hindernisse durch die digital vermittelte Mediationspraxis: Über die Videokonferenz kann es wesentlich schwieriger sein, eine vertrauensvolle Beziehung aufzubauen, was für Mediationsverfahren generell sehr wichtig ist.