

Spektrum der

# Mediation

Herausgegeben vom  
Bundesverband Mediation e.V.  
[www.bmev.de](http://www.bmev.de)



Schwerpunkt

## KOSMOS PSYCHE

**Begleiten:**  
Was Kinder  
brauchen

**Verstehen:**  
Wie Traumata  
wirken

**Aufzeigen:**  
Wie Macht-  
asymmetrien  
entstehen

# Liebe Lesende,

**S**tellen Sie sich vor, Psyche und Kosmos tanzen im Takt unserer alltäglichen Konflikte: winzige Sterne wirken wie Gedanken, Nebel deuten auf Ängste hin – und in diesem weiten Kosmos finden Mediator:innen neue Wege, Beziehungen zu stabilisieren. *Psyche* bedeutet die lebendige Dynamik, die Gruppen, Familien und Paare zusammenhält oder entzweit. Wer Mediation versteht, erkennt: Psychische Gesundheit ist kein Randthema, sondern eine zentrale Ressource für klare Kommunikation, nachhaltige Lösungen und resilienten Wandel. Tauchen wir mit unserem Schwerpunkt **Kosmos Psyche** ein in dieses weite Feld.

Die Sonderserie für dieses Jahr schließt mit einem Interview mit der Klimaaktivistin Lisa Poettinger ab. Für ihr Engagement muss sie einen hohen Preis bezahlen: Der Freistaat Bayern verweigert ihr, Lehrer:in zu werden. Wie sie um ihren Traumberuf kämpft, erzählt sie im Gespräch.

Diana Makowski arbeitet mit Jugendlichen, die als »Systemsprenger« gelten. Sie und ihr Team haben es sich zur Aufgabe gemacht, durch Nähe einerseits und konsequentes Handeln andererseits Orientierung und Halt zu geben. Wie das gelingt und welche Rolle Pferde dabei spielen, lesen Sie in unseren »Impulsen«.

Der Schwerpunkt »Kosmos Psyche« war nur durch die Unterstützung von Dr. Olivier Elmer vom Psychiatrischen Zentrum Nordbaden möglich – wofür die Redaktion ihm sehr dankbar ist. Sein Beitrag beschreibt den wachsenden Trend, psychische und neurologische Unterschiede nicht mehr als Defizite, sondern als Teile der normalen menschlichen Vielfalt zu verstehen.

Welche neurobiologischen Grundlagen unsere Konfliktstrategien beeinflussen, fragt Dr. Nicole Strüber. Durch frühkindliche Erfahrungen bildet unser Gehirn spezifische neuronale Muster – das hat auch Auswirkungen auf Mediationen. Ist eine Mediation mit traumatisierten Menschen möglich?

Ja, sagt die renommierte Traumaexpertin Héléne Dellucci, Ph.D., und erklärt im Interview, was es zu beachten gilt, wie Mediator:innen Brücken bauen können und warum schon ein Schluck Wasser eine hilfreiche Intervention sein kann.

Beim Beitrag von Dr. Laura Wiesböck handelt es sich um einen Auszug aus ihrem Buch *Digitale Diagnosen. Psychische Gesundheit als Social-Media-Trend* (2025). Der verwendete Auszug stammt aus dem Kapitel »Mental Health und Selfcare als Wohlstandsphänomen« und beleuchtet das Spannungsverhältnis zwischen Selbstfürsorge und Anpassung.

Missbrauch im Leistungssport ist derzeit ein besonders aktuelles Thema. Welche (traumatischen) Folgen hat dies für die Opfer, die Akteur:innen, die Familien und das gesamte Vereinsumfeld? Die Psychologin Angelika Ribler erläutert kenntnisreich und praxisnah, mit welchen Ansätzen sie Sportvereine berät.



In unserer Rubrik »Aus der Praxis für die Praxis« beschäftigt sich Dr. Andreas Heilmann mit Machtasymmetrien bei Mediationen. In Mediationsprozessen – besonders in Organisationen – treten häufig Machtasymmetrien auf, die aus strukturellen oder gesellschaftlichen Ungleichheiten resultieren und die Allparteilichkeit der Mediator:innen herausfordern. Wege zum Umgang damit zeigt sein Artikel auf.

Nicht fehlen darf zum mitmediieren und mitdenken der »Praktische Fall« von Prof. Dr. Anusheh Rafi.

Im Bereich »Aus Wissenschaft, Politik und Recht« greifen wir noch einmal das Thema unserer März-Ausgabe zum Täter-Opfer-Ausgleich (*Restorative Justice*) auf. Der Fokus im Beitrag von Dr. David Moore, Dr. Alikki Vernon und Dr. Judith Herrmann-Rafferty liegt auf *Restorative Practice* im Umgang mit sexueller und häuslicher Gewalt – systemische Ansätze und internationale Perspektiven. Wie Opfern, die solche Gewalterfahrungen gemacht haben, geholfen werden kann und was dabei zu berücksichtigen ist, lesen Sie in diesem wichtigen Beitrag.

Andreas Buderus beschreibt, wie gesellschaftliche Polarisierung kommunale Demokratie lähmt, und plädiert dafür, durch Sozialraummediation die institutionelle Konfliktfähigkeit als Kern demokratischer Resilienz zu stärken – denn: »Demokratie lebt nicht von der Abwesenheit des Konflikts, sondern von seiner Bearbeitbarkeit.«

Mediation wird – trotz ihres Potenzials zur nachhaltigen Konfliktlösung – vom Gesetz bisher nicht ausreichend gefördert. Prof. Dr. Christoph Weber fordert daher einen verbindlichen gesetzlichen Rahmen, um Mediation als echte Alternative zum Gerichtsverfahren zu etablieren.

Zwei Rezensionen von Prof. Dr. Anusheh Rafi und Dr. Nikolaus Detlev Berning runden diese 102. Ausgabe ab.

Diese Ausgabe ist auch die letzte, die wir Ihnen in dieser Form präsentieren. Wir haben uns dazu entschlossen, das *Spektrum der Mediation* in eine digitale Zukunft zu führen. Hierfür werden wir etwas Zeit benötigen und haben bereits begonnen, erste Konzepte zu entwickeln. Über den Newsletter des Bundesverbandes Mediation e. V. und dessen Social-Media-Kanäle halten wir Sie auf dem Laufenden.

Unser großer Dank gilt zuallererst unseren Autor:innen und Interviewpartner:innen. Es hat uns immer wieder Freude gemacht, im Kontakt mit den Autor:innen Ideen für Beiträge zu entwickeln – genauso wie die Interviews vorzubereiten und mit interessanten Persönlichkeiten in den Austausch zu gehen. Durch sie wurde das *Spektrum* zu einem lesenswerten und spannenden Magazin.

Danken möchten wir auch unseren Kolleg:innen im Psycho-sozial-Verlag: David Richter für sein umsichtiges Lektorat der Beiträge und für die harmonische Zusammenarbeit sowie Jana Berger für die lebendige grafische Gestaltung.

Innerhalb des Bundesverbandes geht unser Dank an Astrid Pulter, Ruth Schmidt und Cornelia Stauss. Ein großen Dank möchten wir auch den Mitgliedern des Lenkungsausschusses und des Redaktionsbeirats für ihre unterstützende Begleitung aussprechen.

Ein letzter Dank geht an Sie, liebe Lesende – dafür, dass Sie uns so lange die Treue gehalten haben, für Ihr Lob und für Ihre kritischen Anmerkungen. Unser Ziel war es immer, Ihnen spannende Impulse mitzugeben. Das wollen wir auch in Zukunft tun und freuen uns darauf, Sie – wenn es so weit ist – im »Internet« wiederzusehen.

Wir wünschen Ihnen alles Gute – nicht nur für den anstehenden Jahreswechsel, sondern darüber hinaus. Kommen Sie gut durch die Zeit und blättern Sie – bis zu unserem Wiederlesen – einfach in alten Ausgaben des *Spektrums*.



© Johannes Berger

Herzlich Ihr

Jörn Valldorf  
Chefredakteur



© Johannes Berger

Herzlich Ihre

Antje Henkel-Algrang  
Stellv. Chefredakteurin

Auf Wiedersehen  
in einer digitalen  
Zukunft...





# Inhalt

## Sonderserie 2025: Lebenssprünge

»Ich lasse mich nicht zur Komplizin machen« –  
*Lisa Poettinger im Gespräch mit Antje Henkel-Algrang und Jörn Valldorf* 7

## Impulse

System gesprengt – und jetzt? –  
*Diana Makowski im Gespräch mit Antje Henkel-Algrang und Jörn Valldorf* 11

## Schwerpunkt: Kosmos Psyche

Kosmos Psyche –  
*Antje Henkel-Algrang und Jörn Valldorf* 16

Anderssein als Ressource? –  
*Dr. Olivier Elmer* 17

Neurobiologische Grundlagen der Konfliktlösung –  
*Dr. Nicole Strüber* 20

Ein Trauma ist mehr als ein Beinbruch –  
*Hélène Dellucci, Ph. D., im Gespräch mit Antje Henkel-Algrang und Jörn Valldorf* 24

»Mental Health« als Spiegel neoliberaler  
 und geschlechtsspezifischer Erwartungen – *Dr. Laura Wiesböck* 28

»Sicherheit und Wohlbefinden sind keine Selbstläufer« –  
*Angelika Ribler im Gespräch mit Antje Henkel-Algrang und Jörn Valldorf* 33

## Aus der Praxis – für die Praxis

Allparteilichkeit halten bei Machtasymmetrien im Mediationssystem –  
*Dr. Andreas Heilmann* 38

Der praktische Fall –  
*Prof. Dr. Anusheh Rafi* 41

## Im Fokus von Wissenschaft, Politik und Recht

Restorative Practice im Umgang mit sexueller und häuslicher Gewalt –  
*Dr. David Moore, Dr. Alikki Vernon und Dr. Judith Herrmann-Rafferty* 43

Sozialraummediation als systemische Antwort auf eskalierende  
 kommunalpolitische Konflikte in Zeiten gesellschaftlicher Polarisierung –  
*Andreas Buderus* 47

Regelungen zur Förderung der Mediation –  
*Prof. Dr. Christoph Weber* 52

## Rezensionen

Lin Adrian & Kirsten Schroeter: Konflikte verstehen und bearbeiten –  
*Prof. Dr. Anusheh Rafi* 56

Christoph Weber: Regelungen zur Förderung der Mediation –  
*Dr. Nikolaus Detlev Berning* 57



© Adobe Stock / itsumair

# »Ich lasse mich nicht zur Komplizin machen«

Lisa Poettinger im Gespräch mit Antje Henkel-Algrang und Jörn Valldorf

Lisa Poettinger darf in Bayern wegen ihres Klimaengagements nicht Lehrerin werden. Sie klagt gegen das Berufsverbot. Gleichzeitig sucht sie nach Wegen, Haltung und Bildung miteinander zu verbinden. Ein Gespräch über Verletzlichkeit, Verantwortung, demokratische Teilhabe und die Frage, wie viel Widerspruch eine Gesellschaft aushalten sollte.

**Spektrum der Mediation (SdM):** *Wie fühlt es sich an, wenn das, wofür man kämpft, die Türen verschließt, die man eigentlich öffnen wollte?*

**Lisa Poettinger (LP):** Es ist eine Achterbahn der Gefühle, im Kern ist es vor allem eine Verletzung. Manchmal fühle ich mich einfach zutiefst verletzt, weil ich das Gefühl habe, mein ganzes Leben lang von fast allen belogen worden zu sein. Man hört ja oft, dass Engagement, also wenn man etwas für die Gesellschaft tut, etwas Positives ist, es geschätzt wird und als etwas Gutes gilt. Natürlich engagiert man sich nicht für Anerkennung, das sollte

nie die Hauptmotivation sein. Aber wenn man dann das Gegenteil erfährt, dass einem quasi ein Berufsverbot droht, was ja eine Stigmatisierung und Ausgrenzung von der Gesellschaft bedeutet, dann bricht dieses Vertrauen. Auch die Vorstellung davon, wie die Welt im eigenen Kopf funktioniert oder konzeptualisiert ist, bricht zusammen. Man merkt auf einmal, wie wenig Sicherheit wir tatsächlich haben. Das ist beängstigend.

**SdM:** *Ihr Fall erinnert an den Radikalerlass von 1972. Ist das ein spezifisch bayerisches Phänomen oder beobachten Sie Ähnliches auch in anderen Bundesländern?*

**LP:** Das ist nicht nur in Bayern so. Auch Baden-Württemberg ist locker mit solchen Berufsverboten und Hamburg führt gerade wieder die Regelanfrage ein, und zwar noch repressiver als in den 70ern. Das ist leider ein Trend, der wieder aufblüht.

**SdM:** *Das bayerische Kultusministerium wirft Ihnen fehlende Verfassungstreue vor. Wie definieren Sie selbst Verfassungstreue und wo sehen Sie sich darin?*

**LP:** Verfassungstreue bezieht sich auf die freiheitlich-demokratische Grundordnung. Diese beinhaltet, dass wir in einem Rechtsstaat leben, unsere Gesell-

# System gesprengt – und jetzt?

*Diana Makowski im Gespräch mit Antje Henkel-Algrang und Jörn Valldorf*

Was passiert, wenn Kinder und Jugendliche aus allen Einrichtungen herausfallen? Wenn keine Maßnahme mehr greift, keine Regel mehr hält? In einem kleinen Ort in Nordhessen begleitet Diana Makowski junge Menschen, die als »Systemsprenger« gelten. Ihr Alltag ist geprägt von Konflikten, Nähe, Konsequenz und vielen offenen Fragen. Ein Gespräch über Verantwortung, Widerstand und das, was dazwischen liegt.

**Spektrum der Mediation (SdM):** *Wie stehen Sie zum Begriff »Systemsprenger«? Finden Sie ihn hilfreich oder stigmatisierend?*

**Diana Makowski (DM):** Für mich ist »Systemsprenger« zunächst nur ein Begriff. Bei den Kindern, die ich betreue, finde ich ihn durchaus passend, sie sprengen tatsächlich Systeme. Im Team fragen wir uns aber oft: Sprengen sie wirklich das System oder ermöglicht das System überhaupt erst, dass sie es tun können. Aus unserer Sicht liegt die Verantwortung eher bei den Erwachsenen. Sie legen die Strukturen fest, in die viele Kinder nicht passen. Und wenn

das so ist, gestalten sich die Kinder die Systeme auf ihre eigene Weise. Unsere Erfahrung zeigt: Je nachdem, wie ein System aufgebaut ist, wird es stärker oder weniger stark »gesprengt«.

**SdM:** *Wie alt sind die Kinder, die Sie betreuen?*

**DM:** Wir nehmen Kinder ab einem Alter von 6 Jahren auf, also ab dem Grundschulalter. Die Betreuung erfolgt grundsätzlich bis zum 18., in Einzelfällen auch bis zum 21. Lebensjahr, wenn es überhaupt so weit kommt.

**SdM:** *Wie lange ist die Verweildauer?*

**DM:** Sehr unterschiedlich. Es hängt davon ab, woher die Kinder kommen und wie lange sie bereits in anderen Systemen gelebt haben oder versucht haben, dort zurechtzukommen. Unser kürzester Aufenthalt betrug 8 Wochen. Da wurde schnell klar, dass es auf keiner Seite funktioniert, weder für das Kind noch für uns. Der bislang längste Aufenthalt beträgt derzeit 6 Jahre.

**SdM:** *Sie haben selbst eine bewegte Kindheit hinter sich und sagen, dass Ihre Entscheidung, Erzieherin zu werden, auf diesen persönlichen Erfahrungen beruht. Inwieweit prägt Ihre eigene Geschichte Ihre heutige Arbeit?*





# Schwerpunkt: KOSMOS PSYCHE

Zwischen Kopf, Herz und Nervensystem – warum Mediator:innen Neurodiversität, Trauma und neurobiologische Konfliktdynamiken verstehen sollten

**K**onflikte sind keine rein rationalen Angelegenheiten. Sie entstehen selten nur aus Worten oder Positionen – sie rauschen durch Nervensysteme, hallen in Körpern und berühren alte Muster. Wer vermittelt, arbeitet also nicht nur mit Sprache, sondern immer auch mit Neurobiologie. Doch was passiert, wenn Menschen unterschiedlich »verdrahtet« sind, wenn alte Verletzungen mitschwingen oder das Gehirn auf Alarm steht, obwohl alle Frieden wollen? Genau das beleuchtet der Heft-Schwerpunkt **Kosmos Psyche**: das Zusammenspiel von *Neurodiversität, Traumafolgestörungen und neurobiologischen Konfliktreaktionen* – und warum ein Verständnis davon Mediationen verändern kann.

Unsere Gesellschaft ist nicht erst neurodivers geworden – wir beginnen nur, das endlich wahrzunehmen. Menschen auf dem autistischen Spektrum, mit ADHS, Dyslexie oder Hochsensibilität nehmen die Welt um sich herum und Kommunikation anders wahr. Das ist keine Störung, sondern Vielfalt im Denken, Fühlen und Reagieren. In Mediationen kann diese Vielfalt jedoch leicht missverstanden werden: Rückzug erscheint als »Desinteresse«, Detailfokus als »Rechthaberei«. Mediator:innen, die neurodiverse Signale deuten können, vermeiden solche Fehldeutungen – und schaffen Räume, in denen sich alle gesehen fühlen.

Doch nicht jeder Konflikt entsteht im Hier und Jetzt. Viele Menschen tragen *traumatische Erfahrungen* in sich, die ihr Nervensystem geprägt haben. Ein Tonfall, ein Blick, ein Wort kann unbewusst

ein »Frühwarnsystem« aktivieren, das alte Bedrohungen reaktiviert. Dann übernimmt der Körper: Kampf, Flucht oder Erstarrung. Für Mediator:innen wirkt das oft unerklärlich – plötzlich eskaliert etwas oder jemand »schaltet ab«. Wer die neurobiologischen Mechanismen dahinter versteht, erkennt darin keine Schwierigkeit, sondern eine Schutzreaktion. Dieses Wissen verändert die Haltung: weg von Bewertung, hin zu Verständnis und Sicherheit.

Und schließlich wirken *neurobiologische Konfliktmuster* auf uns alle – unabhängig von Diagnose oder Trauma. Stress verändert Wahrnehmung, Kommunikation und Empathie. Das Gehirn rutscht in alte Routinen, Sprache verengt sich, Kontakt bricht ab. Wer versteht, wie Stress das Nervensystem beeinflusst, kann gezielt regulierende Räume schaffen: durch Tempo, Stimme, Struktur oder Pausen. So wird Mediation nicht nur ein Gespräch über Lösungen, sondern ein Prozess gemeinsamer Beruhigung – die Basis echter Verständigung.

Der Heft-Schwerpunkt lädt dazu ein, tiefer in das Zusammenspiel von *Neurodiversität, Trauma und Neurobiologie* in der Konfliktbearbeitung einzutauchen. Denn um Spannungsfelder gut begleiten zu können, müssen wir wissen, wie das Gehirn Konflikte »verarbeitet«. Gute Mediation heißt nämlich nicht nur, Worte zu finden, sondern auch Zustände zu verstehen. Wer erkennt, wie unterschiedlich Menschen fühlen und reagieren, kann Räume schaffen, in denen Sicherheit, Würde und Verbindung möglich werden – auch dann, wenn alte

Wunden oder besondere Wahrnehmungen mit am Tisch sitzen.

Die Schwerpunkt-Artikel möchten dazu ermutigen, genauer hinzuschauen – nicht pathologisierend, sondern neugierig; nicht mit dem Blick der Diagnose, sondern mit dem Herzen für menschliche Vielfalt. Denn jedes Nervensystem erzählt seine eigene Geschichte.



© Johannes Berger

## Heftpate Jörn Valldorf

ist Mediator, Coach, Chefredakteur des *Spektrums der Mediation* und Referent für Presse- und Öffentlichkeitsarbeit des Bundesverbandes MEDIATION e. V.

[joern.valldorf@bmev.de](mailto:joern.valldorf@bmev.de)



© Johannes Berger

## Heftpatin Antje Henkel-Algrang

ist Mediatorin, Coachin und Redakteurin des *Spektrums der Mediation*.

[antje.henkel-algrang@bmev.de](mailto:antje.henkel-algrang@bmev.de)



generiert mit ChatGPT-5

# Anderssein als Ressource?

## Chancen und Risiken des Konzepts der Neurodiversität

Dr. Olivier Elmer

Die Bewegung der Neurodiversität proklamiert die Normalität psychischer Störungen und feiert die Vielfalt. Zu Recht setzt sie einen deutlichen Akzent auf Inklusion. Doch birgt diese Strategie auch Risiken?

**E**iner der wenigen Mathematiker, die den Wirtschaftsnobelpreis erhielten, war der 2015 verstorbene John Forbes Nash. Bahnbrechend waren seine Beiträge zur Spieltheorie. Jahrzehnte litt er an einer paranoiden Schizophrenie. Das Schicksal einer schweren psychischen Erkrankung teilte er mit zwei anderen Nobelpreisträgern: Sowohl Ernest Hemingway als auch Winston Churchill litten unter schweren Depressionen, Churchill wohl zusätzlich unter einer Aufmerksamkeitsdefizit- und Hyperaktivitätsstörung (ADHS). Die Schriftstellerin Virginia Woolf revolutionierte den Roman des 20. Jahrhunderts und litt an einer bipolaren Störung. Fördern psychische Störungen die Kreativität? Mein früherer Psycholinguistik-Lehrer Norbert Groeben bezeichnete diese

etwas romantisierende Vorstellung in seinen Vorlesungen ironisch als »Münztheorie der Kreativität« – als ob der Preis für Kreativität eine psychische Störung sei. Wissenschaftliche Belege für eine solche Münztheorie sind dünn, doch offensichtlich stellen psychische Störungen auch kein absolutes Hindernis für kreative und wissenschaftliche Erfolge dar. Und bisweilen mögen sie gar künstlerisch inspirierend wirken.

### Eine neue Sicht auf psychische Störungen

In den letzten Jahren gewinnt eine neue Sichtweise auf psychische Erkrankungen an Boden, die eine andere Dimension in den Blick nimmt: das breit erweiterte

Spektrum der Normalität. Paradigmatisch hierfür ist Greta Thunberg: »Ich sehe die Welt etwas anders, aus einer anderen Perspektive. Ich habe ein Spezialinteresse. Es ist sehr verbreitet, dass Menschen im Autismus-Spektrum ein Spezialinteresse haben.«<sup>1</sup> Thunberg bekennt sich offen zu ihrem Asperger-Syndrom, einer Entwicklungsstörung aus dem autistischen Spektrum, die mit emotionalen und sozialen Symptomen assoziiert ist. Sie macht aus der Zitrone ihrer diagnostizierten Störung die Limonade spezifischer Fähigkeiten – und liegt damit im Trend der Neurodiversität. Neurodiversität beschreibt die natürliche Vielfalt neu

<sup>1</sup> <https://www.newyorker.com/news/our-columnists/the-fifteen-year-old-climate-activist-who-is-demanding-a-new-kind-of-politics>





© Adobe Stock / Sebastian Kaulitzki

# Neurobiologische Grundlagen der Konfliktlösung

## Wie unser Denken in Konfliktsituationen gesteuert wird

Dr. Nicole Strüßer

Wenn Argumente nicht weiterführen, liegt der Schlüssel oft tiefer: in alten emotionalen Prägungen und nicht reflektierten Einschränkungen in der Fähigkeit, sich selbst und andere differenziert wahrzunehmen. Der Artikel zeigt, wie solche Dynamiken unsere Wahrnehmung verzerren können – und wie Mediation dazu beitragen kann, über einen Einfluss auf das Gehirn Perspektivübernahme und Verständigung zu fördern.

**A**ls Frau Müller erfährt, dass das neue Vorstandsmitglied, Herr Peters, eine wichtige Entscheidung ohne Absprache getroffen hat, verlässt sie wortlos das Meeting. Wochenlang hatte sie um gemeinsame Absprachen gebeten – sachlich, dann zunehmend gereizt, zuletzt resigniert. Nun lehnt sie eine weitere Zusammenarbeit ab. Außenstehenden mag ihr Verhalten übertrieben erscheinen. Doch ein Blick durch die Brille der Hirnforschung legt nahe: Hinter ihrer Reaktion, aber auch hinter dem Verhalten von Herrn Peters, stehen tief verankerte emotionale Muster, geprägt in frühkindlichen Beziehungserfahrungen.

Gerade in der Mediation zeigt sich immer wieder: Konflikte entstehen sel-

ten nur aus Fakten und lassen sich ebenso wenig allein durch Argumente lösen. Was sich an der Oberfläche als Sachfrage darstellt, hat oft seine Wurzeln in unbewussten, emotionalen Dynamiken. Wer Menschen in Konflikten professionell begleitet, sollte daher auch jene Ebenen einbeziehen, die dem Bewusstsein oft nicht zugänglich sind, aber das Verhalten entscheidend bestimmen.

Als Frau Müller den Raum verlässt, erscheint ihr das wie eine freie, logische Entscheidung: »Das muss ich mir nicht bieten lassen.« Tatsächlich aber hat ihr Gehirn längst reagiert, noch bevor sie bewusst wahrnimmt, was sie verletzt hat. Wir halten Entscheidungen oft für bewusst und überlegt. Neurobiologisch

jedoch läuft vieles automatisiert ab: Limbische Strukturen wie die Amygdala registrieren, ob ein Reiz eine Belohnung verspricht oder etwa bedrohlich ist. Frühere seelische Verletzungen führen dazu, dass bereits harmlose Situationen als alarmierend bewertet werden und eine Neigung zu Kampf, Flucht oder Rückzug auslösen.

### Warum Menschen so unterschiedlich auf Konflikte reagieren

Menschen reagieren verschieden, auch in Konflikten. Das ist neurobiologisch gut erklärbar: Unser Gehirn lernt durch Erfahrung. In der Kindheit häufig erlebt-

## Impressum

ISSN: 1869-6708 (Print-Version)  
ISSN: 2750-2481 (digitale Version)  
22. Jahrgang, Heft 4/2025  
<https://doi.org/10.30820/1869-6708-2025-4>

### Herausgeber

Bundesverband Mediation e. V.  
Wittestraße 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/](http://www.bmev.de/ueber-den-verband/)

[spektrum-mediation/mediadaten.html](http://spektrum-mediation/mediadaten.html)

[www.psychosozial-verlag.de/](http://www.psychosozial-verlag.de/)

[sdm-mediadaten](http://sdm-mediadaten)

### Druck

Plump Druck & Medien GmbH

Rolandsecker Weg 33, 53619 Rheinbreitbach,

Deutschland Printed in Germany

### Verlag

Psychosozial-Verlag GmbH & Co. KG

Gesetzlich vertreten durch die persönlich haftende

Gesellschaft Wirth GmbH,

Geschäftsführer: Johann Wirth

Walltorstr. 10, 35390 Gießen, Deutschland

06 41 96 99 78 0

[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 geschützt. Wir behalten uns

auch eine Nutzung des Werks für Text und Data

Mining im Sinne von § 44b UrhG vor.

Die Bildrechte liegen, soweit nichts anders

angegeben, bei den Autor\*innen und beim Bundes-

verband 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 Vervielfältigun-  
gen, Übersetzungen und die Einspeicherung und  
Verarbeitung in andere elektronische Systeme oder  
die Veröffentlichung auf anderen Webseiten. Ver-  
vielfältigungen zum privaten und sonstigen eigen-  
en 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  
unkörperlichen öffentlichen und individuellen  
Übermittlung und Wiedergabe des Beitrages in  
der Zeitschrift ein, und zwar für alle Druck- und  
Datenträgerausgaben, 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 Kombi-  
nation mit anderen Werken oder Teilen daraus. Die  
Rechte werden eingeräumt:

a) für die Dauer von einem Jahr ab der Veröffent-

lichung des Beitrags als ausschließliches Recht,

b) 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

übernommen 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:

AdobeStock / Svitlana

### Erscheinungsweise:

viermal jährlich

Bezug: Einzelheft € 16,- zzgl. Portokosten

### Bestellung unter:

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

Der Bezug der Fachzeitschrift ist im Mitglieds-

beitrag (auch bei Fördermitgliedschaft) des Bun-

desverbandes 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/](http://www.bmev.de/ueber-den-verband/spektrum-mediation/spektrum-mediation-autor-werden.html)

[spektrum-mediation-autor-werden.html](http://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.

## Der bewährte Helfer in allen Konfliktsituationen



328 Seiten · 44,- €

ISBN 978-3-593-51799-5

**Auch als E-Book erhältlich**

Konfliktsituationen und ihre Bewältigung gehören zum Tagesgeschäft einer jeden Führungskraft. Anita von Hertel stellt in ihrem Standardwerk Instrumente und Techniken vor, die in jeder Situation des Führungsalltags neue, synergetische Lösungen erlauben.

Die aktualisierte Neuauflage berücksichtigt die neue Rechtsprechung und wird ergänzt um die Themen: Remote-Mediation und Mediationssupervision von Führungskräften.

**NEU: Mit zahlreichen Hörbeispielen zum Download.**

  
campus.de

**campus**  
Frankfurt, New York