

bemerken und durch sensibles Beobachten und Nachfragen auf konstruktive Weise in den Prozess zu integrieren. Der allparteiliche Umgang mit Schuld, Scham und Wut in der Mediation ist einfacher, wenn man bereit ist, sich immer wieder mit den eigenen emotionalen Prägungen auseinanderzusetzen: Nur so gelingt es, nicht selbst von diesen Gefühlen überwältigt zu werden, wenn sie in der Mediation aufkommen, und »blinden Flecken« vorzubeugen. »Das Thema ›starke Gefühle‹ kam im Austausch mit unseren Mitgliedern

aus einer Befragung 2018«, berichtet Cornelia Stauß. »Ich habe mich über die sehr offene und lebhaft Atmosphäre gefreut, und natürlich über die positive Resonanz. Eine Fortsetzung der Werkstatt zu anderen starken Gefühlen ist bereits in Vorbereitung.«

Literaturhinweise (von Cornelia Stauß)

Claude AnShin Thomas: Krieg beenden, Frieden leben. Ein Soldat überwindet Hass und Gewalt. Bielefeld 2003.

Ekman, Paul: Gefühle lesen: Wie Sie Emotionen erkennen und richtig interpretieren. Berlin 2016.

Kast, Verena: Vom Sinn des Ärgers: Anreiz zu Selbstbehauptung und Selbstentfaltung. Freiburg 2010.

Kastner, Heidi: Wut: Plädoyer für ein verpöntes Gefühl. Wien 2014.

Larsson, Liv: Wut, Scham & Schuld: Drei Seiten der gleichen Medaille. Paderborn 2012.

Paul, Chris: Schuld – Macht – Sinn. Arbeitsbuch zur Begleitung von Schuldfragen im Trauerprozess. Gütersloh 2003.

Monika Hassenkamp und Tamara Trautner, Mediatorinnen BM®
in Berlin für die Regionalgruppe Berlin-Brandenburg



Signe Stein und Vera M. Mueller im Gespräch

© Angela Fuhrmann

Öffentlichkeitsarbeit der Fachgruppe Elder Mediation

Der BM auf der Rheinland-Pfalz-Ausstellung 2019 in Mainz

Elder Mediation ist noch wenig bekannt, im Telefonbuch nicht zu finden, nicht auf Rezept zu haben, oft aber hilfreich und wirkungsvoll! Dies motivierte die Fachgruppe Elder Mediation im Bundesverband Mediation e. V. auf einer Publikumsmesse präsent zu sein. An zwei speziellen Gesundheitstagen der Rheinland-Pfalz-Ausstellung hat die Fachgruppe, vertreten durch das Leitungsteam und weitere aktive Mitglieder, zahlreiche gute

Gespräche mit Interessierten aus der Region und dem Rhein-Main-Gebiet geführt.

Im Zentrum stand dabei ein wichtiger Teil-Bereich von Elder Mediation: Schwierige Situationen in (Wahl-)Familien, wenn betagte Eltern an die Grenzen ihrer Selbstständigkeit kommen oder ihre Kinder dies befürchten. In zwei öffentlichen Vorträgen mit dem Titel »Mit Mediation Altersfragen meistern« wurde die professionelle Unterstützung

bei Entscheidungen und Konflikten rund um die Lebensgestaltung im Alter einem interessierten Publikum anhand von Praxisbeispielen vorgestellt. Zu den Interessierten, die aus allen Altersgruppen kamen, zählten neben betroffenen Senioren und erwachsenen Kindern, die oft selbst schon über 60 sind, Dienstleister aus dem Pflegebereich und mittelständische Unternehmen. Allgemein am Thema Mediation interessierte Personen aus verschiedenen Herkunftsberufen

informierten sich darüber, was sie brauchen, um selbst auf diesem Gebiet tätig werden zu können. Dies war dann eine gute Gelegenheit, um auf das ganze Spektrum der BM-Informationen zu verweisen.

Hintergründe der Gespräche auf der Messe: In unserer Gesellschaft werden viele immer älter. Sie wünschen sich Selbstständigkeit bis ins hohe Alter. Andere wünschen sich und suchen nach passender Unterstützung. Dafür einerseits formal vorzusorgen und andererseits frühzeitig mit der Familie bzw. den vertrauten Menschen zu sprechen ist nicht immer einfach. Fehlt das Gespräch, entstehen schnell unangenehme Gefühle bei erwachsenen Kindern und bei betagten Eltern. Einige Beispiele: **Sorgen** – »Kommen die Eltern noch alleine klar? Wie soll es weitergehen? Wie soll ich mich um meine Eltern kümmern, wenn ich mit Kindern und Beruf schon so eingespannt bin?« **Ärger** – »Warum meldet sich Mama nicht, wenn sie Hilfe braucht? Kann mein Bruder sich nicht auch mal kümmern?« **Ängste** – »Wenn ich mich erstmal auf eine Putzhilfe einlasse, ist das nächste der Pflegedienst ... Es geht nur bergab.« **Scham** – »Ich habe mich mein ganzes Leben um alles selbst gekümmert, ich kann mich doch jetzt nicht gehen lassen.«

Angesichts der verschiedenen Gefühle und Bedürfnisse ist es nicht leicht für Eltern und Kinder, miteinander über Fragen, die das Älterwerden mit sich bringt, ins Gespräch zu kommen. Immer weniger helfen Traditionen, die anstehenden Probleme zu bewältigen. Familien müssen und dürfen ihren eigenen Weg zur Meisterung der sich ihnen stellenden Aufgaben selbst finden.

Elder Mediation ist dabei ein Angebot, um alle Beteiligten ins Gespräch zu bringen, damit Lösungen gefunden werden, die die verschiedenen Bedürfnisse berücksichtigen. Dabei unterstützen MediatorInnen darin, den passenden Rahmen für solche Gespräche auch bei gesundheitlichen Einschränkungen zu finden, helfen dabei, alles, was wichtig ist, zu benennen, Sprachlosigkeit und Blockaden zu überwinden. Dabei sind oft Veränderungen des bisherigen Lebens durchzuführen oder dieses ganz neu zu gestalten. Darüber miteinander



Mitglieder der Fachgruppe Elder Mediation: Barbara Hammer-Gerlich, Dorothea Lochmann, Vera M. Mueller, Georg Koik
© Angela Fuhrmann

gut ins Gespräch zu kommen, einander zuzuhören, zu verstehen, was alle Beteiligten brauchen und möchten, ist für Familien eine große Herausforderung. Geschulte Mediatorinnen und Mediatoren können dabei Hilfestellung geben. Diese Dienstleistungen, mit der für deutsche Ohren etwas sperrigen englischen Bezeichnung »Elder Mediation«, sind in Ländern wie USA, Kanada, Schweiz und Österreich im Gesundheitsbereich bereits etabliert.

An Mediation kam kaum ein Besucher der Gesundheitstage in Mainz vorbei ... manchmal auch deshalb, weil angezogen von der esoterisch anmutenden Symbolik der Standgrafik, enttäuscht, bei uns keine Yoga- oder Entspannungs-CD zu ergattern. Dann galt es, geduldig zu erklären, dass Meditation und Mediation unterschiedliche Dinge sind und sich durch ein kleines »t« unterscheiden.

»Mediation ist ein sehr spannendes Thema mit Zukunftspotenzial, ungewöhnlich und neu im Portfolio der Gesundheitstage im Mainz ...« – das hat uns der Organisator begeistert und interessiert bereits bei der Vorbereitung der Gesundheitstage mitgeteilt und uns dafür einen guten Standplatz, ganz in Nähe einer Veranstaltungsfläche für Präsentationen, zugesichert.

Diese zentrale Lage des BM-Messestands, nur wenige Meter entfernt vom Eingang zur Messehalle, sowie die roten Kugelschreiber, Bleistifte, Schlüsselanhänger und Magnete trugen zu der Vielzahl, manchmal auch nur kurzer Kontakte bei.

Für viele unserer AnsprechpartnerInnen war es ein Impuls, sich auch mit schwierigen Themen des Alltags aus-

einanderzusetzen und sich auf Hilfsangebote der Mediation einzulassen. Mehrfach hieß es: »Wir brauchen das nicht, aber wir kennen jemanden, für den das hilfreich wäre.« Es wurde dann Infomaterial des BM und der Fachgruppe mitgenommen. Einige sprachen auch direkt und konkret in der Familie vorliegende schwierige Konstellationen und Konflikte an. Großes Interesse an unseren Kompetenzen haben wir bei verschiedenen Dienstleistern für Senioren geweckt. Sie sehen bei ihrer Arbeit den Bedarf, Klärungsprozesse in Familien anzuleiten und zu begleiten, können dies aber unter anderem aufgrund der hohen Belastungen selbst nicht leisten.

Engagement und Investitionen haben sich gelohnt, auf den Gesundheitstagen in Mainz präsent zu sein. Wir haben für den Bundesverband Mediation das Thema weiter in die Gesellschaft getragen und dabei bemerkt, dass es auf diesem Gebiet noch viel zu tun gibt. Für uns MediatorInnen können sich aus den Messekontakten weiterführende Aktivitäten wie die Durchführung von speziellen Informationsveranstaltungen zum Themenspektrum von Elder Mediation, Entwicklung von Kooperationen sowie konkrete Mediationsfälle ergeben. Die Teilnahme an dieser Veranstaltung hat uns angeregt, an ähnlichen Veranstaltungen ebenfalls teilzunehmen. Noch für dieses Jahr hat unsere Fachgruppe die Teilnahme an der Messe ConSozial 2019 in Nürnberg geplant.

Angela Fuhrmann und Georg Koik
für das Leitungsteam der Fachgruppe