

Ein Jüngling kommt zu einem weisen, alten Schamanen und fragt diesen:
»Sag mal, kannst du mir sagen, was in uns Menschen, in unserem Inneren,
in unserer Seele vor sich geht?«

»Mein Sohn, das ist so: Jeder Mensch trägt zwei Wölfe in sich; einer verkörpert
das Gute, die Liebe, die Freude, die Güte, das Mitgefühl, die Hilfsbereitschaft,
das Verzeihen; der andere verkörpert alles Schlechte und Üble in uns,
den Neid, den Hass, die Gier, den Zorn, die Rücksichtslosigkeit. Diese beiden
Wölfe in uns bekämpfen einander fortwährend.«

Darauf der Jüngling: »Schön und gut, aber wer gewinnt denn nun von
beiden?«

»Es gewinnt der Wolf, den du fütterst!«

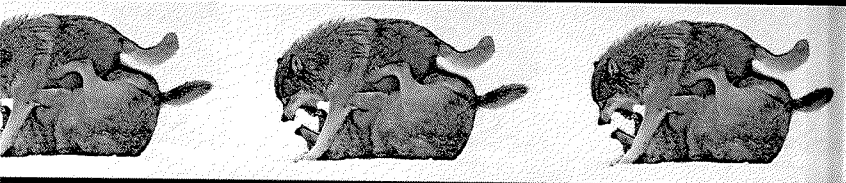


Photo: Murat Ertem

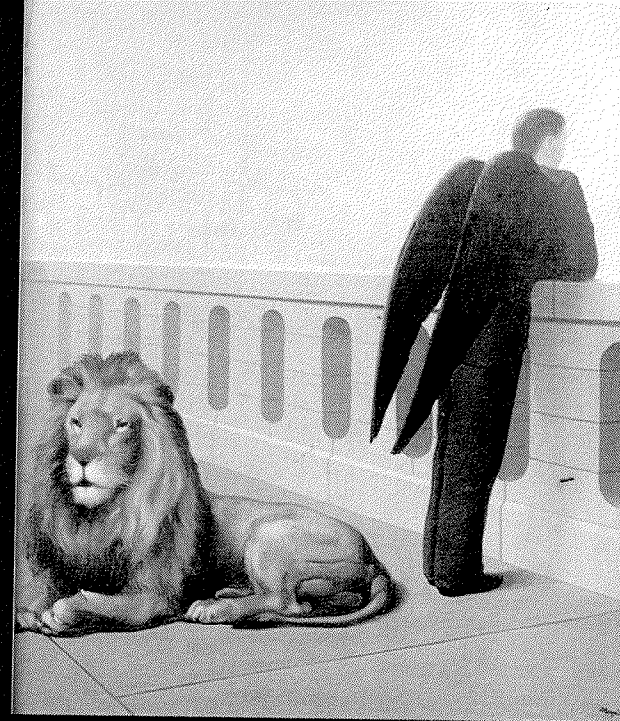
ISBN 978-3-936999-40-2



9 783936 999402



Ed Watzke • Wahrscheinlich hat diese Geschichte gar nichts mit Ihnen zu tun



Ed Watzke

»Wahrscheinlich hat
diese Geschichte
gar nichts mit Ihnen zu tun ...«

Geschichten, Metaphern, Sprüche
und Aphorismen in der Mediation

Forum Verlag Godesberg

1. Die Metapherbrücke (MB)

Ein Königsweg: Aus dem Kriegskontext in den Friedenskontext in hocheskalierten Konfliktszenarien

Ich spreche von folgender Ausgangssituation: hocheskalierte, chronisch verhärtete Konfliktszenarien. Es herrscht ein bereits lange, mitunter Jahre andauernder kriegsähnlicher Zustand mit all seinen Begleit- und Folgeerscheinungen. Kalter Krieg mit immer wieder aufflackernden heißen Phasen. Mitunter ein Mehrfrontenkrieg mit langer Geschichte, welche von den darin verwickelten Personen verschieden erlebt, erzählt und geschrieben wird. Ihre Ideologien, Rationalisierungen sind wie ihre jeweiligen Feindbilder in ihren Hirnen, Herzen und Seelen wie in Stein gemeißelt. Kommunikation zwischen den Parteien findet in den kalten Phasen möglichst gar nicht statt, in den heißen ausschließlich in destruktiver Form. Die Luft, die sie atmen, ist verpestet von Argwohn, Missgunst, Hass etc. Die darin heillos verstrickten Menschen beherrschen nicht den Krieg, nein, dieser beherrscht längst sie. Aus äußeren Zwängen sind sie jedoch genötigt in gewisser, sozialer und/oder räumlicher Nähe zueinander zu leben/zu arbeiten/miteinander zu tun zu haben. Sei es im straf- und/oder zivilrechtlichen Kontext oder anderswie geraten sie *nolens volens* in eine Mediation.

Als MediatorIn finden sie Menschen auf einem Kriegsgelände vor, in ihre jeweiligen Stellungen, Schützengräben verbarrikiert; mit ihrem jeweiligen Arsenal an Geschossen/Waffen/Strategien. Der Krieg hat auf allen Seiten vieles zerstört und jede Menge Wunden hinterlassen, welche die Konfliktparteien gerne sorgsam sammeln, auflisten und vor aller Welt zur Schau stellen: „*Seht her, was erlief mir angetan hat!*“

In der ideologischen Kriegsführung herrscht ein erbitterter Kampf um den Opferstatus. Alle führen ausschließlich einen Verteidigungskrieg und Abwehrschlachten. Nun sitzen sie sich und Ihnen als MediatorIn gegenüber. Sie befinden sich auf heimtückisch vermintem Gelände. Deshalb ist die Luft zum Schneiden, die Nerven liegen blank. Jeder Schritt auf dem mit Minen durchsetzten Gelände kann explosive Auswirkungen haben.

Was tun? Sich in vertraulichen Einzelgesprächen nach allen Regeln *Klientenzenrierter Gesprächsführung*, aktiv zuhörend als Lagerstätte/psychohygienischer Abfallimer für Kriegsgeschädigte anbieten? Sich überschütten lassen mit ihrem Jammern, Wehklagen, ihren Empörungen, Hasstiraden, Vereinnahmungsversuchen, Schuldzuweisungen, Rechtfertigungssuaden etc.? In dem (naiven) Glauben, sie könnten es dadurch loswerden? Meist ist das Gegenteil der Fall; sie tauchen bloß noch tiefer in den Schlamm und Morast ein. *Best way to burn out.*

Sich als Sprengstoff-Experte anbieten, um behutsamst mit den Parteien Mine für Mine zu entschärfen? Ein gefahrvolles und äußerst schwieriges Unterfangen. Sich in einer Gefechtpause als Wundenheiler anbieten und versuchen unter strengster Wahrung von Neutralität und Allparteilichkeit Wunde für Wunde zu behandeln? Ein Job für Jesus Christus.

Gemäß *Klassischer Phasenmediation* mit *Phase Eins* beginnen und Probleme sammeln? Gewissenhaft und sorgsam die Pinwände mit all den Kriegsgeschichten, Verletzungen und Kränkungen zupflastern, Prioritätenlisten erstellen?

In meiner siebzehnjährigen Geschichte als Mediator hatte ich, großenteils im Kontext des *Außergerichtlichen Tausgleichs*, aber auch in privater Praxis, die wunderbare Möglichkeit, mich in nunmehr annähernd 2000 Fällen als Mediator zu versuchen/zu erproben/zu erleben. Ich habe all dies und viel mehr versucht, um in chronisch verhärteten, hocheskalierten Konflikten Frieden zu stiften. In den letzten beiden Jahren hat sich in meinem methodischen Vorgehen nach und nach von Erfahrung und Intuition, aber auch daraus destillierter Erkenntnis geleitet, quasi ein Paradigmenwechsel vollzogen. Nunmehr hat sich dieser Ansatz vollends in mir und vor meinem inneren Auge entpuppt, zeigt sich mir nun in seiner ganzen, schillernden Gestalt, hat mir schon oft erstaunliche Dienste geleistet, vielen Menschen zum Frieden verholfen und mir als Mediator viele, viele leere Kilometer erspart.

Diese Methode taufte ich *Metapherbrücke* (ergänze: aus dem Kriegskontext in den Friedenskontext). Es handelt sich um eine Kur, welche in etwa dort endet, wo die klassische *Phasen-Mediation* beginnt. Eine Methode, welche vorerst und über eine weite Strecke auch als *Verdeckte Mediation* bezeichnet werden kann. Dabei wird jeder direkte Bezug auf die konkrete Objektebene, den konkreten Konfliktverlauf, auf Vorfälle, Ereignisse, Tatsachen und Fakten, auf alles, was aus der Rolle eines Beobachters berichtet werden kann – ich nenne das mit einem Sammelbegriff die *Kriegsberichterstattung* der KlientInnen –

tunlichst vermieden. Anstelle dieses meist fruchtlosen und eskalationsträchtigen Diskurses über Konfliktursachen und Konflikthalte tritt ein metakommunikativer Diskurs. Nicht die Differenzen der Parteien werden zum Thema, sondern wie, in welchen Mustern tragen sie ihre Differenzen aus? Doch auch dabei bleibt der/die MediatorIn zumeist auf einer sehr allgemeinen, kollektiven Ebene und fokussiert zugleich auf metaphorischer Ebene auf die Innenwelt der KlientInnen, um in ihrem Inneren, Intentionalen, ihrem Fühlen, Denken und Wollen eine Veränderung in Richtung Frieden zu bewirken. Wie das konkret vor sich geht, werde ich exemplarisch anhand eines Falles aus der Praxis schildern.

Zuvor will ich Ihnen jedoch quasi ein theoretisches Unterfutter nahe bringen, in loser Abfolge einige mir sehr wichtige Leitgedanken, (Arbeits)Hypothesen, theoretische Pfeiler und Bezugspunkte, verdichtete Erfahrungen, Sprüche, Zitate – ich bezeichne letztere als *Sonden*, weil sie, wenn man nicht bloß so darüber hinweg liest, sondern diese in sich einsickern lässt, von innen her erhellen, immer wieder aufleuchten, zu Aha-Erlebnissen führen, Weisheit in sich bergen. Einiges davon mag Ihnen – eh klar, no na – allzu bekannt und trivial erscheinen und auch so sein. Vieles wissen wir *links oben*, wo wir unser bewusstes Wissen speichern, ohne dass dieses Wissen jedoch in den Fluss unseres Lebens wirksam einmündet. Diese Leitgedanken ergeben kein logisch diskursives Konstrukt – so ist auch die *Metapherbrücke* nicht entstanden. Es sind vielmehr Spuren von den verschiedensten Pfaden, welche mich zur *Metapherbrücke* führten. Sie sind mit ihr verwoben, sind ihr *Subtil*. *Textil* meint die sichtbare Oberseite eines Gewebes; das Muster, welches sich dem Betrachter zeigt; das *Subtil* wird sichtbar, wenn man die Unterseite/Rückseite des Gewebes betrachtet und das sieht meist wenig geordnet aus.

Die Metapherbrücke – Phase Eins: Peace now!

1. Schritt: Beziehung schaffen

Dies geschieht spontan und immer, wenn Menschen einander begegnen. Überwiegend unbewusst, weniger darüber, *was* wir in Worten zu den Menschen sprechen, sondern *wie*. Über Körpersprache, Gestik, Mimik, Lächeln, Blickkontakt, Paralinguistik, Höhe und Tiefe der Stimmlage, Melodik und Rhythmus des Gesprochenen, also über die so genannte *Parakommunikation*. Ich begegne meine KlientInnen – so gut ich es eben kann – wie lieben, guten Freunden, mit offener Körpersprache und offenem Herzen, umwerbe sie, bin humorvoll, charmant, galant, kumpelhaft, jovial etc. Begrüßung, Händeschütteln, Blickkontakt, Smalltalk ... Es geht vorerst darum, die KlientInnen für eine Kooperation zu gewinnen, Kontakt mit ihrem Inneren aufzunehmen, ein Sympathiefeld zu erzeugen, Vertrauen zu wecken und aufzubauen.

Wenn man die Menschen nicht lieben und ihnen diese Liebe nicht zeigen/vermitteln kann, sollte man von der Arbeit mit Menschen lassen. Ich weiß, ich weiß, bei manchen Menschen fällt das Lieben erst mal schwer, weil sie uns vorerst ihre Schattenseite (manchmal ist das auch unsere eigene, die wir an uns nicht mögen oder sogar verdrängt halten) zeigen. In diesem Fall gebe ich mich auf die Suche nach ihrer Sonnenseite.

2. Schritt: Einführung der Metapher »Krieg/Frieden« und der »Wegkreuzung Kriegspfad/Friedenspfad«

Die KlientInnen haben nun ihren Platz eingenommen, und ich habe mich vorerst bemüht, trotz widriger Umstände möglichst viel zu ihrem Wohlbefinden beizutragen. Ich fordere sie nun auf, sich zurückzulehnen, es sich in ihrem Stuhl so bequem wie möglich zu machen und mir erst einmal in aller Ruhe zuzuhören. „*Sie befinden sich bedauerlicherweise in einem kriegsähnlichen Zustand ...*“ Dabei bleibe ich auf allgemeiner kollektiver Ebene (im Quadranten *LU, RU*), rede ganz allgemein über uns Menschen in Kriegen, über Muster, Prozessabläufe, allerlei destruktiven und schmerzhaften Begleitscheinungen des Krieges ... sowie über Genüsse, Freuden und Wohltaten, die uns der Friede beschert.

Dabei bemühe ich mich um eine *Mehrebenen-Kommunikation*.⁹ Ich spreche zu Hirn, Herz und Bauch, appelliere an die Vernunft, aber mehr noch an das innere Empfinden, Fühlen, ans Gemüt (*LO*) mit verschiedenen (multisensorischen) Sprachen. Meine Sprache ist reich an Bildern, sowohl die Freuden des Friedens als auch das Übel des Krieges sollen bei meiner Schilderung zu fühlen, zu hören, zu riechen, zu schmecken sein; in inneren Bildern, imaginierten Szenarien erlebt werden. Zugleich bekommen sie von mir jede Menge Empathie für alle ihre Gefühle, Wunden und Verletzungen – Begleitscheinungen des Krieges. Meine Stimme sollte dabei möglichst angenehm, sonor, rhythmisch melodios erklingen, das Tempo im *Largo* bis *Andante*, immer wieder kleine Pausen dazwischen, reich an ein klein wenig tiefer

9 Vgl. Milton H. Erickson

intonierten wohlthuenden Adjektiven.¹⁰ Etwa wie bei einem guten Märchenerzähler oder ähnlich einer *Trance-Induktion*. Denn sachliche, logisch abstrakte Sprache und ebensolches Sprechen richtet sich an die linke Hirnhälfte, ist jedoch ungeeignet, um die Menschen tiefer gehend in ihrem Fühlen und empfinden zu berühren. Wenn es Ihnen gelingt, die KlientInnen in eine leichte Trance zu versetzen, haben Sie schon viel erreicht. Nun können Metaphern, Geschichten tiefenwirksam werden und so oft Veränderungen in ihrem Inneren (*LO*) bewirken, die sich diese noch eine Stunde zuvor selbst gar nicht vorstellen konnten.

So also (körper)sprechend gebe ich als Mediator vorerst das Thema vor: Krieg/Frieden.

Im Hier und Jetzt befinden Sie sich auf einer Wegkreuzung. Sie kommen/befinden sich auf dem Kriegspfad, in einem kriegsähnlichen Zustand ... wie auch immer, Sie stehen jetzt vor der Entscheidung, ob Sie in Zukunft – und die beginnt immer jetzt – so weitermachen/leben wollen wie bisher oder mit meiner Unterstützung vom Kriegspfad auf den Friedenspfad wechseln wollen. Dies ist eine schwierige Sache, zum Frieden führt jedoch ein Weg, den Sie vielleicht jetzt gar nicht wahrnehmen können. Wenn Sie mir beide vertrauen ..., will ich gerne mit Herz und Hirn mit Ihnen gemeinsam versuchen, auf den Pfad in Richtung Frieden zu gelangen. Meine Bereitschaft, mein Angebot gilt. An Sie stelle ich nun – das ist der erste Schritt – die Frage:

¹⁰ Vgl. ders., *Einstreutechnik*

3. Schritt: Friedensbereitschaft abklären

Wollen Sie einen Versuch starten? Sind Sie in Ihrem Innersten dazu bereit? Ist Ihnen der Frieden wirklich wichtig?

Wenn an dieser Stelle – und das ist meistens so – die ersten Ausflüchte, Ablenkungsmanöver, Rationalisierungen, Exkurse in die *Kriegsberichterstattung* etc. kommen – die KlientInnen befinden sich und agieren daher noch im Kriegskontext – dann folgt:

3.a Schritt: Kriegspfad abschneiden – zurück zu 3

Mit Engelsgeduld, viel Empathie, noch eleganter mit Humor und *Provokativem Stil*, gewürzt mit Sprüchen, Witzen, kurzen Geschichten, aber unerbittlich in der Richtung, führe ich die KlientInnen (*spacing and leading*) zurück zu Schritt 3, zur Frage: *Ist es Ihr wahrer Wille, den Friedenspfad zu beschreiten?* Ich bleibe hartnäckig, gehe auf kein anderes Thema ein. Die KlientInnen verfügen oft über erstaunlich kreative Strategien, dieser Antwort auszuweichen. Was immer sie auch versuchen, ich lasse sie nicht entkommen.

Ich bemühe mich, diese Phase (*Provokativer Stil*) zu einem eher lustvollen Duell zwischen uns geraten zu lassen. Nach mehreren versuchten Ausweichmanövern des/der KL wende ich mich ganz ihm/ihr zu, blicke ihm/ihr tief ins Auge und sage mit Lächeln und Augenzwinkern etwa: *Ich bewundere Sie* – kleine Pause und Ankündigung einer Bewunderung verschafft hohe Aufmerksamkeit – *Sie sollten in die Politik gehen, mit diesem Talent, einer Frage auszuweichen, könnten Sie dort eine große Karriere machen!*

Zu oft bin ich in früheren Zeiten mit den KL viele mühsame leere Kilometer gelaufen oder mit *Georg Christoph Lichtenberg*: „Auf dieser Leimrute habe ich auch schon viele Federn gelassen.“ Oft ist es an diesem Punkt hilfreich, den KL Zeit zu geben, um diesen tiefen, inneren Entschluss zu fassen, in Hirn, Herz und Bauch. Dabei ist dann oftmals der Schritt 3b sehr hilfreich.

3.b Schritt: Pause als Intervention

Die KL werden mit dem Auftrag in eine Pause entlassen, eine Runde in sich selbst zu drehen. In jeder Partei muss zu allererst diese Bereitschaft zum Frieden – wenigstens ein gewisser Wille dazu – vorhanden sein. Wunderbar, wenn sich bereits eine Kriegsmüdigkeit breitgemacht hat oder gar schon eine Friedenssehnsucht aufkeimt. Solche *Pausen* währen je nach KL verschieden lang, meist reichen etwa 10 Minuten. Wenn es notwendig erscheint, gewähre ich ihnen auch eine Woche oder zwei. Die *Pause mit Auftrag als Intervention* wende ich im weiteren Prozedere immer wieder und gerne an, wenn es darum geht, in den KL eine Entscheidung *heranreifen* zu lassen. Der Bauch ist um vieles langsamer als das Hirn, sitzt viel tiefer, seine Entscheidungen haben aber auch ein ganz anderes Gewicht. Wir gehen davon aus, wir sind mit den KL bei Schritt 3 erfolgreich ans Ende gelangt.

4. Schritt: Testen der Friedensbereitschaft – der erste kleine Schritt in Richtung Frieden

Von wegen Federn auf der Leimrute und leere Kilometer: Manche KL kommunizieren ihre Friedensbereitschaft klar und unmissverständlich, manche sprechen dabei Worte, die sie sich selbst nicht glauben, manche sind wunderbare Blender, Meister im Tarnen und Täu-

schen (eine wichtige Kriegskunst); viele sind noch immer ambivalent, sagen „ja“, meinen „jein“. Mit Schritt 4 habe ich in den Prozessablauf einen Testfilter eingebaut, eine Probe aufs Exempel. Dieser Schritt ist eigentlich der Knack- und Wendepunkt. Er dauert bei sehr verhärteten Kriegen lange. Ich bringe in einer Mediationssitzung häufig etwa eine Stunde damit zu – meist mit Geschichten und nachfolgenden Pauseninterventionen durchwoben. Nicht bloß im Leben, auch als Mediator habe ich lange Jahre viel zu viel gearbeitet/mich abgemüht, *weil* ich an entscheidenden Punkten eben keine Pausen setzte.

Also: Zunächst bekommen die KL einen großen Batzen wohlwollende Anerkennung für ihren nun wohlüberlegten Entschluss, den Kriegspfad zu verlassen und sich auf den Friedenspfad zu begeben. Sodann werden sie darauf eingestimmt und aufgefordert, einen ersten kleinen Schritt in Richtung Frieden zu tun, eine symbolische Anzahlung zu leisten; also vorerst *pay-pay*, nicht *win-win*, denn der Friede ist ein kostbares Gut und daher leider, leider nicht umsonst zu haben. Ausschließlich die Richtung, nicht die Größe des Schrittes ist von Bedeutung. Gelingt dies, ist zumeist das Eis gebrochen; der Musterwechsel vollzogen und ein konstruktives Gesprächsklima bereits im Entstehen begriffen.

Was denn nun ein solcher erster Schritt sei, fragen die KL zumeist. Sie sitzen vor einer *tabula rasa*. Mattscheibe – es fällt ihnen erst mal gar nichts dazu ein. Es geht dabei vorerst nicht um Zugeständnisse oder Kompromisse auf der Sachebene, sondern um die Beziehungsebene, um einen eigenen Beitrag zu einem neuen Kommunikationsstil, zu einem konstruktiven Diskurs/Dialog, nicht um die sozialen Störungen, sondern um einen anderen Umgang, nicht etwa um die Hausordnung, sondern um eine

Hausordnung *zweiter Ordnung*. Wie hätten wir in der Vergangenheit anders agieren können? Wie gehen wir in Zukunft (mit zu erwartenden) Störungen um?

Es geht um Anerkennung von Grundbedürfnissen, um Wertschätzung der Personen, gegenseitigen Respekt, um Eingeständnis eigener Übeltaten, eigener illegitimer Forderungen, Bereitschaft zu verzeihen und um Verzeihung zu bitten ... Schritte also in Richtung Versöhnung und (Wieder)erlernen eines friedlichen Umgangs miteinander.

Die Messlatte: Als erster kleiner Schritt in Richtung Frieden gilt ein solcher, der von allen Beteiligten am Gespräch auch als solcher wahrgenommen und anerkannt wird. Hier tut es not genau nachzufragen.

Ich gebe den KL dabei viel an Unterstützung, indem ich immer auf der kollektiven, allgemeinen Ebene, Beispiele aufzeige, was Menschen auf diesem Planeten in verschiedenen Kollektiven, Epochen, Kulturen und Subkulturen etc. unternahmen/tun, wenn sie wirklich Frieden schließen wollten/wollen. Ich streue möglichst viele Angebote aus. An die Kreativität der KL appelliert man an dieser Stelle zumeist vergebens. Hilfreich erweist sich oft diese Intervention:

Logisch betrachtet ist es ganz einfach: Sie haben Krieg geführt und wollen nun Frieden schließen. Machen Sie einfach das Gegenteil; in Kriegen verletzen sich Menschen, beschimpfen sich, werten sich ab, verleumden, bedrohen und misstrauen einander; fügen sich Schaden zu, spinnen böse Intrigen, missachten menschliche Grundbedürfnisse, erheben illegitime Forderungen, suchen und finden Schuld ausschließlich beim anderen, nie bei sich selbst ... ihre Blicke sind frostig,

ihre Herzen hart, ohne Mitgefühl, Sie hören einander nicht zu, schreien laut und schrill, stellen einander keine echten Fragen, investieren viel in Waffen, Rüstung, Gerichts- und Anwaltskosten ... Aber „wem geh ich erzählen?“ Sie kennen das besser als ich. Also, logisch betrachtet ganz einfach, suchen Sie sich aus der ganzen Palette etwas aus, was Sie hier und jetzt umkehren können. Nun? Wer von Ihnen möchte das Privileg für sich in Anspruch nehmen, den ersten Schritt in Richtung Frieden getan zu haben?

Allerdings geht es hier nicht um formale Logik, sondern um die Logik des Herzens, um einen Paradigmenwechsel in der Haltung; um Entwicklungs- und Reifungsprozesse im Inneren der KL (LO).

5. Schritt: Der »Slowtalk« – (Wieder)erlernen eines konstruktiven Dialoges

Wunderbar. Wenn wir hier angelangt sind, ist sehr viel erreicht. Die KL befinden sich bereits im Friedenskontext, haben Wohltuendes gegeben und erhalten, bereits einiges in den Frieden investiert und Vertrauen entwickelt. Der Friede ist allerdings noch ein zartes Pflänzchen und bedarf der behutsamen Pflege. Zur Erinnerung: Wir betreiben bis hier her im Wesentlichen immer noch *Verdeckte Mediation*, der Quadrant *RO*, die konkrete Kriegsgeschichte aus der Sicht der KL bleibt noch verdeckt. Dies zum Thema werden zu lassen, ist erst dann sinnvoll, wenn die KL mit ihren Differenzen bereits konstruktiv umgehen; eine solche Umgehensweise (wieder)gelernt haben und diese auch anstreben. Bis es soweit ist, muss der neue Kommunikationsstil, der friedliche Dialog, noch ein wenig geübt werden. Auf den *ersten Schritt* von vorhin sollen nun noch einige weitere folgen. Diese ers-

ten Gehversuche sind mühsam, aber fruchtbringend. Es ist nämlich davon auszugehen, dass zwischen den KL auf Grund ihrer gemeinsamen kriegerischen Vorgeschichte das Missverstehen die Regel und das Verstehen die Ausnahme ist. Wir kennen das Muster nur zu gut: Sie sagen nicht, was sie meinen, sie meinen nicht, was sie sagen; sie sprechen nicht von sich (*LO, Ich-Botschaften*), sondern über die/den anderen (*RO, Du-Botschaften*); eine Suada/Spirale aus Vorwürfen, Schuldzuweisungen, Rechtfertigungen, Unterstellungen, Missinterpretationen, sich gegenseitig auflistend/überstülpend/an den Kopf werfend.

Slowtalk ist Kommunikation im Zeitraffer. Wir trainieren quasi die Umkehrung des destruktiven Stils, und zwar in ganz kleinen Einheiten, Schritt für Schritt, Satz für Satz. Mit dem Mandat der KL, welches ich mir bei Ankündigung dieser Übung von den KL einhole, geleite ich sie durch den Prozess. Die Übung macht oft auch richtig Spaß, wenn es gelingt, sie mit Humor und einem gewissen sportlichen Ehrgeiz zu betreiben.

Die Spielregeln des »Slowtalk«

Es werden abwechselnd Botschaften kommuniziert. Wenn die Entscheidung, wer beginnen soll, schwer fällt, werfen Sie eine Münze. Die Spieler kündigen beim Spielleiter an, welche Art von Botschaft sie übermitteln wollen – eine Frage, eine Ich-Botschaft, eine Information, eine Wertschätzung – ein konstruktiver Beitrag in Richtung Frieden. Der Inhalt der Botschaft ist mit einer wichtigen Einschränkung dem Spieler überlassen: Gesprächsinhalte, die noch offene oder nicht verheilte Wunden berühren, sind vorerst Tabu.

Gesprochen wird tunlichst in einzelnen, einfachen Sätzen. Der Spielleiter überprüft, ob und wie die Botschaft

von A bei B angekommen ist. Hat es geklappt im Sinne eines gemeinsamen Verstehens und eines konstruktiven Dialogs, antwortet B wiederum mit einem Satz, den der Spielleiter aufs Neue einem Check unterzieht usw. Kommt eine Botschaft als Kränkung, Vorwurf, Schuldzuweisung und/oder Rechtfertigung an, wird der Sender vom Spielleiter aufgefordert, es noch mal anders zu versuchen.

Das klingt hier vielleicht komplizierter als es in der Praxis ist. Mein Tipp: einfach mal ausprobieren. Wichtig dabei ist, dass der Spielleiter ressourcenorientiert interveniert, die positiven, wohltuenden Empfindungen, Gefühle anspricht und verstärkt, die in den KL ausgelöst werden, wenn Wertschätzung, Anerkennung, Dank und ähnliches vermittelt wird.

Der *Slowtalk* macht so den KL deutlich, wie die Eskalationsspirale funktioniert, gestoppt werden kann und wie konstruktiver Dialog gelingt. Ziel dieser Übung, des gesamten Verfahrens, ist, dass ich als Mediator überflüssig werde, weil die KL den Willen und die Fähigkeit erworben haben, ihre Differenzen/Konflikte konstruktiv, friedlich auszutragen. Dabei, aber auch in allen anderen Phasen des Mediationsprozesses, müssen wir damit rechnen, dass die KL wieder in ihr altes eingefahrenes Muster zurückfallen und wieder mehr oder weniger heftig an der Eskalationsspirale drehen. In solchen Situationen empfehle ich folgende Interventionen.