

**NORDEUROPÄISCHE BEITRÄGE**  
aus den Human- und Gesellschaftswissenschaften

**SCANDINAVIAN UNIVERSITY STUDIES**  
in the Humanities and Social Sciences

Herausgegeben von / Edited by Hartmut Schröder

Bd./Vol. 29

Jasmin Cornelius

# MEDIATION UND SYSTEMISCHE THERAPIE

Überlegungen zu einer Adaptierung  
des Mediationsverfahrens auf die speziellen  
Bedürfnisse von Paaren

Grenzen und Möglichkeiten



**PETER LANG**  
Internationaler Verlag der Wissenschaften

## A. Einleitung

### I. Strukturwandel von Partnerschaften

Scheidungen gehören heute zum Alltag. Die Scheidungsrate ist höher denn je. In den Großstädten bewegt sie sich auf bis zu 50 % zu.<sup>2</sup> Kommt es zu ernsteren Problemen in der Ehe, liegt die Idee der Scheidung, ob als Drohung oder Befürchtung, sehr nahe.<sup>3</sup> Dennoch haben die meisten Menschen das Bedürfnis nach lang anhaltenden und stabilen Partnerschaften, in denen sie Nähe und Geborgenheit finden können.<sup>4</sup> Rosemarie Welter-Enderlin hat dafür die schöne Metapher gefunden, dass es bei uns Menschen neben dem „*Bedürfnis nach Flügeln*“, die uns Individualität und Freiheit gewähren, auch das tiefe Bedürfnis nach „*Wurzeln*“, also Geborgenheit und Verlässlichkeit, gibt.<sup>5</sup>

Die Sehnsucht nach Bindung und der Wunsch nach dem idealen Partner ist ein grundlegender Bestandteil unseres Seelenlebens. Eine stabile Bindung, in der Geborgenheit, Wertschätzung und Nähe gelebt werden, ist eine zentrale Voraussetzung für Zufriedenheit und psychische Stabilität.<sup>6</sup> Dies belegen Umfragen<sup>7</sup> oder auch ein Blick in das soziale Umfeld. Menschen trennen sich und sind meist nach einer kurzen „*Erholungspause*“ wieder auf der Suche nach einem geeigneten Partner. Vorherige gescheiterte Beziehungen und war das Scheitern auch noch so schmerzvoll, scheinen selten Menschen dazu zu bringen, es in Zukunft alleine probieren zu wollen. Dennoch steigt auch die Zahl der Singlehaushalte von Jahr zu Jahr an.<sup>8</sup> Dieses Phänomen lässt sich nur dadurch erklären, dass die Zeiten, in denen Menschen in Beziehungen leben, kürzer sind, als die, in der sie sich auf der Suche befinden. Beziehungen haben daher einen sehr hohen Stellenwert. Aber:

Beziehungsqualität stellt sich nicht von selber ein. Von selber wird eine Beziehung schlechter.<sup>9</sup>

Ist eine Bindung gefährdet, führt dies bei den Betroffenen zu großer Verunsicherung. Trennungen lösen nicht selten massive persönliche Krisen aus, die in Depressionen und Angstzustände münden können und zum Verlust der Lebenspers-

2 Vgl. Jellouschek, H., Wagnis Partnerschaft, S. 7, 12.

3 Vgl. Jellouschek, H., Wagnis Partnerschaft, S. 12.

4 Vgl. Sundermeier, K., Der Beziehungsführerschein. Mit Simply Love auf Dauer glücklich, S. 9.

5 Vgl. Welter-Enderlin, R., Deine Liebe ist nicht meine Liebe. Partnerprobleme und Lösungsmodelle aus systemischer Sicht, S.32.

6 Vgl. Schindler, L./ Hahlweg, K./ Revenstorf, D., Partnerschaftsprobleme: Möglichkeiten zur Bewältigung. Ein Handbuch für Paare (2007), S. 2.

7 Vgl. Jellouschek, H., Die Paartherapie, S. 15.

8 Vgl. Jellouschek, H., Wagnis Partnerschaft, S. 7.

9 Gottmann, J. M./ Silver, N., Die sieben Geheimnisse der glücklichen Ehe, S.106.

pektive führen können.<sup>10</sup> In der Psychologie wird dieses tiefe Bedürfnis nach Bindung und der damit einhergehenden intensiven Gefühle damit erklärt, dass es im Instinkt des Menschen liegt, sich mit anderen zu verbinden.

Bindung stellt einen Überlebensmechanismus dar, der zunächst das sichere Aufwachsen des Kindes, sowie später wieder den Zusammenhalt eines Paars gewährleisten soll.<sup>11</sup>

Dahinter stehen das Bedürfnis nach Schutz und die Möglichkeit, das Leben gemeinsam mit einem anderen meistern zu können. Damit hat Bindung evolutionäre Wurzeln und dient der Sicherung des Überlebens. Dies erklärt, warum Menschen so extrem reagieren, wenn ihre Beziehungen instabil werden und ins Wanken geraten.

Es erscheint daher auf dem ersten Blick paradox, dass sich trotzdem so viele Menschen trennen und ihren Bindungen schnell keine Chance mehr geben. Doch warum wird sich heutzutage so schnell getrennt? Was war früher, als es kaum Scheidungen gab, anders? Und wieso verhalten sich Menschen, die einen starken Wunsch nach Bindung haben, so widersprüchlich?

Zur Beantwortung dieser Fragen ist ein Blick in die Vergangenheit notwendig. Die Kriegs- und Nachkriegsgenerationen kämpften ums Überleben und waren sehr damit beschäftigt ihre Existenzen (wieder) aufzubauen. Für Paarprobleme blieb schlichtweg keine Zeit. Zudem musste man bei Scheidungen mit sowohl staatlichen, kirchlichen, als auch gesellschaftlichen Sanktionen rechnen. Als geschieden bezeichnet zu werden, konnten sich die meisten nicht vorstellen, da dies ein großer Makel war. Lieber arrangierte man sich in noch so unglücklichen Beziehungen, als sich dieser Schande auszusetzen.

Ein häufiger Grund für Trennungen ist heute die Untreue eines Partners. Früher herrschte diesbezüglich eine Doppelmoral. Offiziell war Fremdgehen zwar verpönt, doch galt dies inoffiziell nur für die Frauen. Bei Männern betrachtete man dieses Verhalten mit einem milden Blick. Den Frauen von damals tat das wahrscheinlich ebenso weh, wie den Frauen heute, dennoch ertrugen sie es meist stillschweigend.

All diese Dinge haben sich geändert. Die heutige Generation kämpft nicht mehr ums Überleben, sondern allenfalls darum, ihren hohen Ansprüchen an ihre Lebensqualität gerecht zu werden. Scheidungen sind gesellschaftlich akzeptiert und Frauen und Männer ziehen bei Untreue häufig die Konsequenz der Trennung. Das bedeutet, dass das Beziehungsmodell der Generationen vor uns nicht mehr existiert. Das, was sie uns vorgelebt haben, gilt für uns heute nicht mehr.

---

10 Vgl. Schindler, L./ Hahlweg, K./ Revenstorf, D., Partnerschaftsprobleme: Möglichkeiten zur Bewältigung. Ein Handbuch für Paare (2007), S. 2.

11 Schindler, L./ Hahlweg, K./ Revenstorf, D., Partnerschaftsprobleme: Möglichkeiten zur Bewältigung. Ein Handbuch für Paare (2007), S. 2.

Damit fehlt aber auch eine Basis. Wir konnten von unseren Eltern und Großeltern nicht lernen, wie man eine Beziehung pflegt und sie dauerhaft am Leben erhält, da diese sich weniger, als heute mit der Qualität ihrer Beziehungen auseinandersetzen und Probleme in der Regel akzeptierten und nicht an deren Lösung bewusst arbeiteten.

Das Handwerkszeug, was wir mitbekommen haben, ist nicht geeignet, den heutigen hohen Ansprüchen an Bindungen gerecht zu werden. Im Grunde wollen wir eine Beziehung, die so perfekt ist, wie ein Park der Bundesgartenschau bei der Eröffnung, haben aber nur ein Schippchen und eine Nagelschere, um die Blumen zu pflanzen und den Rasen zu pflegen. Es muss daher einiges gelernt werden, um tatsächlich die Chance zu haben, einen prächtigen und wunderschönen Beziehungsgarten zu errichten und zu erhalten.

Zuneigung und Glück in der Partnerschaft sind nichts Abstraktes, das nicht beeinflussbar ist, sondern hängen vom konkreten Verhalten der einzelnen Partner in bestimmten Situationen ab.<sup>12</sup>

Ein weiterer wichtiger Aspekt sind die allgemein hohen Ansprüche. In der heutigen Leistungsgesellschaft haben Paare oft Anforderungen an sich selbst und ihre Beziehung, die sich nicht erfüllen lassen.

Es gibt keine langjährige Beziehung, die ohne Krise durchkommt – mehrere sind wahrscheinlich.<sup>13</sup>

Es muss von der Idee Abstand genommen werden, dass eine Beziehung nur dann gut funktioniert, wenn immerzu Schmetterlinge im Bauch flattern, der Sex sagenhaft ist und beide stets gut gelaunt und strahlend aufeinander zugehen und niemals müde sind und immer erfolgreich. Dies ist eine Klischeevorstellung von einer Beziehung, die unterstützt wird von den Medien und nichts mit der Realität und einer tiefen und tragfähigen Beziehung zu tun hat.<sup>14</sup> Sie trägt jedoch wesentlich dazu bei, dass die Partner sich gegenseitig mit ihren Erwartungen überfordern und somit zwangsläufig enttäuscht werden, was sie fatalerweise nicht dem Streben nach falschen Ideologien anlasten, sondern der Unzulänglichkeit des Partners.<sup>15</sup>

---

12 Vgl. Schindler, L./ Hahlweg, K./ Revenstorf, D., Partnerschaftsprobleme: Möglichkeiten zur Bewältigung. Ein Handbuch für Paare (2007), S. 11.

13 Vgl. Schindler, L./ Hahlweg, K./ Revenstorf, D., Partnerschaftsprobleme: Möglichkeiten zur Bewältigung. Ein Handbuch für Paare (2007), S. 10.

14 Vgl. Bucher, U., Das Geheimnis der Partnerschaft. 12 Thesen für ein erfülltes Leben zu zweit, S. 34.

15 Vgl. Schmid-Fahrner, Ch., Spielregeln der Liebe. Integrativ systemische Paartherapie, S. 44.

Erst wenn wir bereit sind, solche Allgemeinvorstellungen, die uns als Muster einer guten Beziehung von den Eltern oder Medien vorgelegen werden, zu hinterfragen, können wir uns auf eine Partnerschaft einlassen, die sicher nicht alles Glück auf Erden verspricht, aber mehr Zufriedenheit und Gelassenheit zulässt.<sup>16</sup>

Gerät ein Paar in die Krise, kann dies möglicherweise gerade den entscheidenden Impuls für eine Wende zu etwas Neuem geben. Krisen sind ebenso unvermeidbar wie notwendig, um eine Beziehung reifen zu lassen.<sup>17</sup> Vielleicht sieht das Paar sich in diesem Moment zum ersten Mal im wahren Licht. Wenn es jetzt nicht aufgibt, sondern die Möglichkeit ergreift und sich von alten Träumen trennt und die Realität so annimmt, wie sie ist, erhält es die Chance auf eine zufriedenstellende und beglückende Partnerschaft.<sup>18</sup>

Erzwingen lässt sich eine solche Partnerschaft jedoch nicht. Manchmal ist eine Trennung für alle Beteiligten die beste Lösung. Entweder, weil man sich in ganz unterschiedliche Richtungen entwickelt hat, oder weil man sich tatsächlich getäuscht hat.

Man kann jedoch viel für eine gute Partnerschaft tun und meist wird der Weg der endgültigen Trennung zu früh beschritten.<sup>19</sup>

## **II. Ziel der Arbeit**

Mediation ist keine Therapie! Auf diesen Satz stieß ich während meiner Recherchen zum Thema „Mediation und Therapie“ etliche Male. Äußerst nachdrücklich wird immer wieder darauf hingewiesen, dass eine Mediation eine Therapie nicht ersetzen könne. Ziel dieser Arbeit ist nicht etwa, das Gegenteil zu behaupten, sondern eine Möglichkeit aufzuzeigen, auf welche Weise sich Mediation und Therapie begegnen und vereinigen können, so dass etwas Neues entsteht. Mein Anliegen ist, die Mediation durch Ergänzungen und Veränderungen so zu modifizieren, dass sie auf die besonderen Bedürfnisse von Paaren in schwierigen Situationen eingehen kann. Daher beginne ich den praktischen Teil meiner Arbeit mit dem Vergleich der Mediation und der systemischen Therapie. Dass ich die Mediation gerade mit der systemischen Therapie und nicht etwa mit anderen Therapierichtungen, wie zum Beispiel der Verhaltenstherapie oder der tiefenpsychologischen Therapie vergleiche, liegt darin begründet, dass die systemische Therapie thematisch der Mediation am nächsten liegt. Durch den Vergleich möchte ich herausfinden, wie viel „Therapie“ bereits in der Mediation steckt und welche Aspekte sich ergänzen lassen könnten. Beispielsweise galt es bisher in einer Mediation weniger über Gefühle und vergangene Erfahrungen zu spre-

---

16 Bucher, U., Das Geheimnis der Partnerschaft. 12 Thesen für ein erfülltes Leben zu zweit, S. 134.

17 Vgl. Jellouschek, H., Wie Partnerschaft gelingt - Spielregeln der Liebe, S. 20.

18 Vgl. Bucher, U., Das Geheimnis der Partnerschaft. 12 Thesen für ein erfülltes Leben zu zweit, S. 45.

19 Vgl. Jellouschek, H., Wie Partnerschaft gelingt - Spielregeln der Liebe, S. 22.

chen, da dies die Grenze zur Therapie überschreiten würde.<sup>20</sup> Diese Grenze möchte ich weicher und durchlässiger gestalten. Gerade in Paarmediationen spielen Gefühle und Beziehungsstrukturen eine entscheidende Rolle. Diese unberücksichtigt zu lassen, oder oberflächlich zu behandeln und nur an dem Konflikt als solchem zu arbeiten, hätte zur Folge, das Symptom, aber nicht die Ursache zu bearbeiten. Paare und Familien sind heute ganz anderen Schwierigkeiten ausgesetzt als früher. Die Welt ist schneller und komplexer geworden und die Anforderungen an jeden Einzelnen sind gestiegen. Es gilt Karriere, Familie, Partnerschaft und Freizeit nicht nur unter einen Hut zu bekommen, sondern dabei auch dem eigenen Perfektionismusanspruch gerecht zu werden. In diesem Karussell kann einem manchmal schwindelig werden. Paare brauchen daher ein Verfahren, dass ihnen Struktur und Halt in Konflikten gibt, dass ihnen aber auch Zusammenhänge erklärt und sie als Ganzes versteht. Mit der Arbeit möchte ich daher untersuchen, ob es möglich ist, bei Paarkonflikten die Trennung zur Therapie aufzuweichen und dem Paar über die Mediation hinaus, Hilfe beim Erkennen von Zusammenhängen, bei der Verbesserung der Kommunikation, sowie bei der Bildung von gegenseitigem Verständnis, welches über das konkrete Konfliktthema hinausgeht, zu leisten.

### **III. Aufbau der Arbeit**

Insgesamt unterteilt sich die Arbeit in eine Einleitung, einen theoretischen und praktischen Teil und in eine Schlussbemerkung. Im Folgenden gebe ich einen Ausblick über den Aufbau des theoretischen und praktischen Teils der Arbeit.

Der theoretische Teil der Arbeit besteht aus vier Kapiteln.

Im ersten Kapitel erfolgt eine Einführung in die Grundlagen der Kommunikation. Dabei beziehe ich mich auf die drei Grundgesetze der zwischenmenschlichen Kommunikation nach Paul Watzlawick, Janet H. Beavin und Don D. Jackson<sup>21</sup>. Zudem stelle ich den Grundvorgang zwischenmenschlicher Kommunikation nach Friedemann Schulz von Thun<sup>22</sup> vor. Im Anschluss erfolgt sodann eine Darstellung verschiedener Kommunikationsstile.

Das zweite Kapitel enthält eine Ausführung zum Thema Konflikt, bei der ich mich an den von Friedrich Glasl<sup>23</sup> aufgestellten Grundsätzen orientiere. Nach einer Definition des Konflikts erfolgt eine Vorstellung der vier unterschiedlichen Konfliktarten. Dem folgt eine Darstellung der Dynamik eines Konfliktes. Das zweite Kapitel endet sodann mit der Erläuterung des Konfliktescalationsmodells.

Das dritte Kapitel des theoretischen Teils widmet sich der Darstellung der Mediation. Es beginnt mit der Definition der Mediation und der Abgrenzung zu

---

20 Vgl. Diez, H./ Krabbe, H./ Thomsen, C. S., Familien-Mediation und Kinder, S. 74.

21 Vgl. Watzlawick, P./ Beavin, J. H./ Jackson, D. D., Menschliche Kommunikation.

22 Vgl. Schulz von Thun, F., Miteinander Reden- Band 1 und 2.

23 Vgl. Glasl, F., Konfliktmanagement und Selbsthilfe in Konflikten.

anderen Verfahren. Darauf folgt eine Erläuterung des erkenntnistheoretischen Hintergrundes, sowie der Entwicklung der Mediation. Anschließend befasse ich mich, aufgrund der thematischen Nähe, mit dem Inhalt von Familienmediationen und unterteile diese dabei in Scheidungs- und Trennungsmediationen, sowie Familienmediationen in anderen Situationen als Scheidung und Trennung. Dem folgt eine Vorstellung der Prinzipien und Grundsätze, sowie des typischen Phasenmodells der Mediation. Im nächsten Punkt befasse ich mich mit der Rolle des Mediators und thematisiere dabei dessen Basiskompetenzen und Aufgaben, die Notwendigkeit einer Selbstkontrolle und eines Selbstschutzes, den Ausgleich von Ungleichgewichten, sowie das Verhalten der Medianden gegenüber dem Mediator. Darauf folgt eine Vorstellung der Methoden und Techniken, die diesem zur Verfügung stehen. Dabei widme ich mich den unterschiedlichen Kommunikationstechniken, sowie verschiedenen Kreativtechniken. Anschließend erläutere ich die unterschiedlichen Möglichkeiten des Settings der Mediation. Danach arbeite ich die Rolle der Psychologie und die Rolle des Rechts in der Mediation heraus. Bei der Rolle des Rechts unterscheide ich dabei zwischen dem Recht in der Mediation, dass sich mit dem Umgang des Rechts innerhalb der Mediation beschäftigt und dem Recht der Mediation, das sich auf Themen wie den Mediationsvertrag und die Haftung des Mediators bezieht und damit auf das Verhältnis zwischen Mediator und Mediand abzielt. Im Anschluss daran stelle ich die Grenzen des Mediationsverfahrens vor. Abschließend erläutere ich die Scheidungs- und Trennungsmediation im Einzelnen und gehe dabei auf die Regelungsgegenstände im Falle von Scheidung oder Trennung, auf die Situation der Kinder, auf konfliktodynamische Besonderheiten dieser Mediationsart, sowie auf spezielle Probleme ein, die sich in der Scheidungs- und Trennungsmediation ergeben können.

Im folgenden vierten Kapitel wird die systemische Therapie im entsprechenden Umfang beleuchtet, um diese mit der Mediation im Anschluss, im praktischen Teil, vergleichen zu können. Auch hier erfolgen eine Definition und eine Abgrenzung zu anderen Verfahren, sowie eine Vorstellung des erkenntnistheoretischen Hintergrundes, bei der ich auf die theoretische Grundlage der systemischen Therapie, auf spezielle Kernfragen der systemischen Theorie, sowie auf das systemische Problemverständnis eingehe. Danach stelle ich die Geschichte der systemischen Therapie dar und erläutere dabei unterschiedliche Methoden und Ansätze, die sich im Laufe der Jahre entwickelt haben. Dem folgt eine Vorstellung der Prinzipien und Grundsätze der systemischen Therapie. Anschließend befasse ich mich damit, wie ein systemisches Therapieverfahren im Einzelnen ablaufen kann. Darauf folgt eine Erläuterung der Rolle des systemischen Therapeuten. Im nächsten Punkt gehe ich sodann auf die Methoden und Techniken des systemischen Therapeuten ein und unterteile dabei in systemisches Fragen, Kommentare, metaphorische Techniken, sowie die Methode des Reflecting Teams. Im letzten Punkt dieses Kapitels widme ich mich der systemischen The-

rapie in der Praxis und erläutere dabei verschiedene Möglichkeiten des Settings, sowie der möglichen Anwendungsgebiete. Damit endet der theoretische Teil der Arbeit.

Der praktische Teil der Arbeit besteht aus zwei Kapiteln.

Im ersten Kapitel vergleiche ich die Mediation mit der systemischen Therapie und gehe dabei auf die Definitionen, die erkenntnistheoretischen Hintergründe, die Geschichte der Verfahren, die Anwendungsmöglichkeiten, die Ziele, die Voraussetzungen, die Prinzipien und Grundsätze, die Verfahrensabläufe, die Rollen der Berater, die Gesprächstechniken, die Auftaggeber, die Grenzen, sowie die verschiedenen Möglichkeiten der Settings ein. Dem folgt im Anschluss eine Zusammenfassung der Ergebnisse, sowie eine Schlussfolgerung. In dieser soll dargelegt werden, welche systemischen Methoden bereits im Mediationsverfahren Anwendung finden und wie die Verfahren zueinander stehen. Das Kapitel schließt mit einer schematischen Darstellung der Ergebnisse des Vergleichs.

Das zweite Kapitel soll einen Vorschlag für ein auf die speziellen Bedürfnisse von Paaren adaptiertes Mediationsverfahren enthalten. Dabei stelle ich zunächst das Selbstverständnis, das Problemverständnis, das Ziel des Verfahrens, sowie den möglichen Adressatenkreis vor. Anschließend erläutere ich das Verfahren und gehe dabei auf den Inhalt der einzelnen Phasen ein. Durch fiktive Interviewsequenzen an entsprechenden Stellen, soll die Arbeit zudem anschaulich gestaltet werden und dem Leser aufzeigen, wie eine Integration systemischer Bestandteile im Mediationsverfahren konkret vorgenommen werden kann. Im nächsten Punkt gehe ich auf die Rolle des Paarmediators ein. Darauf folgt eine Vorstellung der dem Mediator in diesem Verfahren zur Verfügung stehenden Interventionsmöglichkeiten und Fragetechniken. Danach stelle ich dar, wie der Mediator den Prozess dokumentieren kann. Im Anschluss daran erläutere ich die unterschiedlichen Möglichkeiten der Anwendung des adaptierten Verfahrens. Das zweite Kapitel des praktischen Teils endet mit der Vorstellung der Grenzen des Verfahrens.