

## Schweigen in der Mediation

Reden ist Silber, Schweigen ist Gold,  
Auch wer nicht kommuniziert, kommuniziert,

Bitte seien Sie sich darüber bewusst, dass auch das Schweigen etwas zum Ausdruck bringt. Was wollen Sie mir mit Ihrem Schweigen sagen? Was will ich Ihnen mit meinem Schweigen sagen? Dies sind die Themen, zu denen Ihnen hier Übungen angeboten werden. Der Arbeitsbogen bezieht sich auf Abschnitt 7 des Curriculums<sup>1</sup>.

### Aufgabenstellung

Als Mediator müssen Sie mit dem Schweigen umgehen können. Hier finden Sie einige Anregungen, wie Sie mit dem eigenen Schweigen und dem Schweigen anderer umgehen können:

#### Übung 1

Was würden Sie in folgender Situation tun?

Sie sind Mediator in einer Familienmediation. Sie stellen dem Ehemann (Mediant) eine entscheidende Frage. Zum Beispiel: „Möchten Sie wirklich von Ihrer Frau geschieden werden?“ Der Mediant antwortet nicht. Es entsteht eine unglaubliche Stille. Die Situation ist belastend. Der Mann verspürt den Druck etwas zu sagen, die Frau verspürt den Druck einer unerwünschten Nachricht, der Mediator verspürt den Druck, einschreiten zu müssen.



#### Reflexion

Setzen Sie sich mit den Gefühlen auseinander, die während des Schweigens auf den jeweiligen Gesprächsseiten aufkommen.

---

<sup>1</sup> Curriculum zur Ausbildung in Mediation und Integrierte Mediation. © Win-Management GmbH

## Übung 2

Möglicherweise belastet Sie das Schweigen, möglicherweise inspiriert es Sie. Wie wirkt das Schweigen konkret auf Sie? Wie gehen Sie vor, wenn Sie Schweigen ausgesetzt sind?



### Partner

Sehen Sie sich in die Augen und schweigen Sie sich an. Wer hält's länger aus

## Übung 3

Wie brechen Sie das Schweigen?

Die Medianten sind nicht verheiratet leben aber seit mehr als 7 Jahren zusammen. Bei der Familienmediation geht es um die Frage, ob ihre Lebenspartnerschaft fortbestehen soll oder nicht. Es ist die 6. Sitzung. Seine Position ist: Er möchte seine Lebensgefährtin gerne heiraten und Kinder mit ihr bekommen. Er steht auf dem Standpunkt, dass die Beziehung funktionieren kann, wenn sie nur „zur Vernunft“ komme. Sie arbeitet sehr viel in 2 Berufen. Sie möchte einen starken Mann, von dem sie sich unterstützt fühlt. In der Mediation stellt sich plötzlich heraus, dass sie gar keine Kinder bekommen kann. Das hatte sie ihm bis heute verschwiegen. Die Information platzt förmlich in die Mediation hinein und sie verändert einiges. Die Reaktion der Medianten ist zunächst: betroffenes Schweigen. Niemand sagt etwas. Ist ein Einschreiten angesagt?



### Reflexion

Wann ist Zurückhaltung angebracht das Schweigen zu brechen und wann sollte das Schweigen gebrochen werden?

## Übung 4

...



### Reflexion

Was müssen Sie sich vorstellen, damit das Schweigen des Gesprächspartners für Sie keine Belastung darstellt?

## Lösungen

### Mögliche Lösung zu Übung 1

Können Sie schweigen? Können Sie schweigen ertragen? Üben Sie es, es lohnt sich. Denn meistens ist der durch das schweigende Erwarten einer Antwort entstehende Druck so groß, dass der Mediant glaubt, die peinliche Stille durchbrechen zu müssen. Jetzt erhalten Sie wertvolle Informationen. Ist der Moment allerdings überschritten, sollte das Schweigen in jedem Fall abgebrochen werden. Schweigen löst aber nicht nur Druck aus. Es gibt auch Raum. Ein zeitlicher Rahmen, den manche Menschen benötigen, um ihre ganze Kraft zu einer Aussage zu versammeln und dort hineinlegen zu können. Wenn Sie dies erkennen ist es hilfreich zu wertschätzen und Mut zumachen, sich zu äußern.

### Reflexion

Anspannung, Druck die Stille zu brechen, Peinlichkeit, Verantwortung, Raum zur Äußerung, sich im Mittelpunkt fühlen, Kontrolle (alles muss warten bis ich spreche), Macht, Ohnmacht, ...

### Mögliche Lösung zu Übung 2

Wie wirkt das Schweigen auf Sie?

1. Schweigen löst bei mir Wut aus
2. Ich habe das Gefühl, der andere will mich auflaufen lassen
3. Schweigen werte ich als Zustimmung
4. Schweigen löst bei mir Ratlosigkeit aus
5. Schweigen ist für mich eine Form der Aggression
6. Schweigen tangiert mich nicht, ist mir egal

Wie gehen Sie vor?

1. Ich kann Schweigen länger aushalten
2. Ich unterbreche die Stille, indem ich das Thema wieder aufgreife
3. Ich geben dem Anderen die Zeit die er braucht, um eine Aussage zu machen

4. Ich spreche über die Tatsache, dass jetzt geschwiegen wird

### **Mögliche Lösung zu Übung 3**

Man kann sich vorstellen, was in den Köpfen der beiden vorgeht. Sie ist vielleicht froh, es ihm endlich gesagt zu haben. Für ihn wird klar, dass er sein Lebenskonzept mit ihr nicht mehr verwirklichen kann. Er muss sich fragen, ob er mit ihr auch ohne Kinder leben will. Der Mediator sollte intervenieren, bevor die Gedanken der Medianten allzu schwer werden. Er könnte folgendes sagen:

„... Es braucht manchmal Zeit und besondere Umstände, bis man die Kraft aufbringen kann, solche Themen anzusprechen. Ich denke, dass dieser Zeitpunkt jetzt gekommen ist. Lassen Sie uns überlegen, welche Relevanz diese Information für Sie und Ihre Zukunft hat. Verändert sie etwas? ...“