



## Blog 05

### Gabriele Wentz, Serviceteam Konfliktberatung & Mediation

*Das Buffet – ein buntes Potpourri an Auswahlmöglichkeiten, bei dem jede\*r etwas Passendes, wenn nicht sogar Begeisterndes, findet. Gleiches gilt auch für die Mediation.*

#### Die Vielfalt Mediation

##### *Anwendungsfelder*

Mediation findet in den verschiedensten Bereichen des Lebens Einsatz, da quasi überall Konfliktpotential vorhanden ist. Der Grundgedanke der Mediation, das konstruktive Konfliktlösen, ist in jedem dieser Bereiche verankert, die Methoden und Herangehensweisen werden jedoch für das jeweilige Anwendungsgebiet spezifiziert.

Die Einsatzbereiche der Mediation reichen von Familie, Freund-&Partnerschaft, über die Wirtschaftsmediation, Schul- und Bildungsmediation sowie Mediationen im Gesundheitswesen bis hin zu internationaler und interkultureller Mediation, zur Vorsorge Mediation und, in der aktuellen Lage besonders präsent, zur Online Mediation.

##### *Verflechtung der Einsatzbereiche*

Trotz dessen, dass die Mediation in so viele einzelne Fachgebiete untergliedert ist, sind diese, wie so vieles in dieser Welt, eng miteinander verflochten. Denn gibt es in einem Feld Konflikte, setzt der Dominoeffekt ein und diese haben immer auch Auswirkungen auf die benachbarten Fach- bzw. Lebensbereiche. Wer kennt es nicht: Stress auf der Arbeit wird mit nach Hause gebracht und führt dort zu weiteren Konflikten oder die Pflege eines Angehörigen führt zu Konflikten mit dem Arbeitgeber und gefährdet vielleicht den nächsten großen Deal mit einem wichtigen Geschäftspartner. Sie sehen, hier kommt nicht nur eins, sondern gleich mehrere Fachbereiche zum Tragen. Eine andere, sehr sinnvolle Variante in der Arbeit mit Konflikten, ist anstelle des Versorgens und Nachsorgens von Konflikten die...

##### *Vorsorge*

Anstelle darauf zu warten, bis der Konflikt ausbricht, wird bei dieser Mediationsform im Vorhinein über Punkte gesprochen, die mögliches Konfliktpotential mit sich bringen, so dass von Beginn an alle Wünsche und Bedürfnisse aller Parteien offengelegt und geklärt werden, sowie am Ende übereinstimmende Lösungen gefunden werden können. Belastende Situationen werden so um ein Vielfaches minimiert oder umgangen.

*Fazit*

Der Mediation und den Mediator\*innen stehen unzählige und vor allem äußerst vielfältige Methoden zur Beseitigung und Vorbeugung von Konflikten zu Verfügung. Mit diesen und der Zusammenarbeit von Experten der einzelnen Fachgebiete ist es möglich, für mehr Konfliktfreiheit und somit auch mehr Gesundheit im Leben der Mediant\*innen zu sorgen. Mentale Gesundheit, familiäre und finanzielle Gesundheit, Gesundheit im Betrieb. Und weniger Stress im Alltag wirkt sich auch positiv auf die körperliche Gesundheit aus. Und wer wünscht sich das nicht? Mehr Gesundheit in seinem Leben?