

Kurzinformation zur Mediation in Paar-Konflikten

Was ist Mediation?

In der Mediation verhandeln die Konfliktparteien mit Hilfe eines Vermittlers, des Mediators. Sie bestimmen selbst die Themen und treffen ihre Vereinbarung in eigener Verantwortung.

Wann kann die Mediation stattfinden?

Auch wenn die Mediation bei Trennung und Scheidung häufig ist: Voraussetzung für Mediation ist die Trennung nicht. Vielleicht wollen Sie eine Vereinbarung treffen, um als Paar weiter oder besser zusammenleben zu können. Und oft sind gerade für Übergangszeiten oder Zeiten der Unklarheit Regelungen nötig, die kein Gericht für Sie treffen kann. Sie entscheiden selbst, welchen Umfang und welche Geltungsdauer Ihre Vereinbarung hat. Oder sie treffen vorsorglich mehrere Vereinbarungen - eine für den Fall der Trennung, eine für ein weiteres Zusammenbleiben.

Wie läuft die Mediation ab?

In der Mediation kommen Sie mit Hilfe des Mediators wieder „zur Sache“. Er hilft Ihnen, Regeln für Ihren Umgang und Ihre Verhandlung zu finden und zu beachten. Sie nennen die Themen, über die Sie verhandeln wollen. Sie ergründen Ihre eigenen Interessen und bekommen Zeit und Unterstützung, diese klar zu formulieren und zu vertreten. Der Mediator hilft Ihnen, versteckte Ressourcen und neue Ideen zu finden, um die Interessen beider (oder aller) Seiten in einer späteren Vereinbarung so gut wie möglich zu berücksichtigen.

Was kann Thema der Mediation sein?

Welche Themen Gegenstand der Mediation sind, bestimmen Sie beide. „Thema“ in der Mediation heißt immer „Regelungs-Thema“. Es werden also Vereinbarungen und Regelungen für die Zukunft getroffen. Oft wird es dabei um Elternschaft (Sorge- und Umgangsrecht), Wohnen, Geld, Eigentum gehen. Sie können auch über Themen verhandeln, die nicht gerichtlich einklagbar sind. Für eine therapeutische Aufarbeitung vergangener Probleme ist die Mediation nicht geeignet.

Was tut der Mediator?

Der Mediator schafft eine angenehme und sachliche Gesprächsatmosphäre. Er strukturiert Ihre Verhandlung, schreibt wichtige Punkte für Sie auf und achtet darauf, dass nichts übersehen oder vergessen wird, was für Sie wichtig ist. Er stellt Fragen, die es Ihnen erleichtern, Ihre Interessen und Ideen zu formulieren. Sie können sich auf die Sache konzentrieren, der Mediator sorgt für den Rahmen.

Was der Mediator nicht tut: Er gibt keine Themen vor. Er macht keinen eigenen Lösungsvorschlag. Er entscheidet nicht für Sie. Es ist Ihre Verhandlung und Ihre Vereinbarung. Als allparteilicher Vertreter für Sie beide wird er auch keinen von Ihnen juristisch beraten, nicht in Anwesenheit des anderen und schon gar nicht unter vier Augen. Deshalb sollten Sie sich mindestens einmal ausführlich von Ihrem eigenen Anwalt beraten lassen, jeder für sich.

Wer kann an der Mediation teilnehmen?

Wer an der Mediation teilnehmen darf, bestimmen Sie beide. Oft sind andere Personen von Ihrem Konflikt betroffen. So können zum Beispiel Ihre Kinder an der Mediation teilnehmen, direkt oder indirekt. Sie können zu ausgewählten Sitzungen dazu kommen oder durch Paten oder Freunde vertreten werden. Und der Mediator achtet darauf, dass Sie auch die Interessen derer, die Ihnen wichtig sind, nicht übersehen.

Wie lange dauert Mediation?

Wie oft Sie sich treffen, bestimmen Sie beide. Nur Sie wissen, wie umfangreich oder schwierig ihre Regelungsthemen sind. Vielleicht wollen Sie zuerst nur die drängendsten Fragen klären. Oder in einer einzigen längeren Sitzung nur ein Thema verhandeln. Dabei sollten Sie aber bedenken, dass es Zeit brauchen kann, die eigenen Gedanken zu ordnen oder das Gehörte zu bedenken. So können auch einmal längere Pausen zwischen den Sitzungen helfen.

Wird die Mediation Erfolg haben?

Ob die Mediation Erfolg hat, also mit einer Vereinbarung endet, hängt von vielem ab. Ihre Offenheit und Verlässlichkeit ist ein wichtiger Faktor. Wenn einer von Ihnen befürchtet, dass der andere hinter seinem Rücken rechtliche oder finanzielle Tatsachen schafft, wird eine Einigung kaum möglich sein. Vielleicht merken Sie aber auch in der Mediation, dass Sie sich nur über einzelne Punkte einigen können. Auch das kann ein großer Erfolg sein! Sie sollten alle Ihre Zweifel offen ansprechen. Für eine gute bewusste Lösung kann es Ihnen helfen, weitere Beratung in Anspruch zu nehmen, bei Ihrem Anwalt, psycho-sozialen oder pädagogischen Beratern, Steuerberatern oder kaufmännischen Beratern.