

Soll der Leidensdruck uns den Perspektivwechsel abringen?

Die Notwendigkeit anderer Blickwinkel in interpersonellen Konflikten und globalen Beziehungen

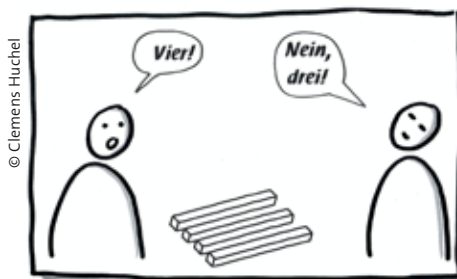
Clemens Huchel

Einen anderen Blickwinkel einzunehmen hat im individuellen wie globalen Kontext eine große Bedeutung für die Konfliktbewältigung. Menschen hängen an altbewährten Methoden und Überzeugungen, die ihnen Sicherheit suggerieren. Zwischenmenschliche Konflikte, gesellschaftliche Transformationen, Umweltzerstörung oder internationale Konflikte fordern Weiterentwicklung. Wenn Menschen und Natur leiden und ein bequemes »Weiter so« nicht mehr geht, brauchen wir dringend Fortschritt und müssen über den Tellerrand schauen.

Perspektivwechsel

Zwischen Herz und Kopf tun sich die Menschen mit dem so oft beschworenen Perspektivwechsel schwer. Der Verstand bevorzugt Sicherheit in bekannten Denkstrukturen und verharrt im statischen Denken. Dies steht, wie die statische Sprache mit Festschreibungen und Klassifizierungen, im Widerspruch zur Natur, wo es keinen Stillstand gibt. Im ganzen Universum gibt es keinen Stillstand, es selbst driftet fortwährend auseinander. Auch der massivste Felsblock oder Stahlklotz ist ständig in Veränderung, nur ist es für uns schwer erkennbar. Diese Widersprüche bewirken Konflikte im Innern wie im Außen.

Gefühlsebene



Auf der Herzebene wissen wir Menschen, dass das Akzeptieren anderer Sichtweisen notwendig ist, um bei Problemen und Konflikten wieder in Verbindung zu kommen und so in einen Dialog zu treten. Wir können genau fühlen, wenn wir mit Menschen in ehrlichem

und authentischem Kontakt sind. Dann haben wir eine gelingende Beziehung. Doch können wir dies auch bei uns selbst sehen, haben wir eine Verbindung zu uns selbst und zur Natur als Basis für die Bereitschaft einer Verbindung zu anderen Menschen? Ja, dies ist nicht so einfach, und wenn wir vom Kopf her denken, dies verstanden zu haben, sagt uns genau dieser, er habe ein großes Bedürfnis nach Sicherheit, und verbleibt dann doch lieber in gewohnten Gefilden.

Alte Überzeugungen

Alte Überzeugungen bestehen aus gewohnten Ansichten, Grund- und Glau-

benssätzen sowie moralischen Urteilen, die wir durch unsere Sozialisierung und eigene Erfahrung manifestiert haben. Ihnen gemein ist, dass sie selten Gegenstand einer Überprüfung sind. Wenn wir darin stecken bleiben, entgeht uns die Vielfalt, die wir dringend benötigen, um die Herausforderungen des Lebens konstruktiv zu bewältigen. Unser Verstand wird uns nicht in Ruhe lassen, solange wir seine sicherheitsorientierte Position nicht akzeptieren und anerkennen, womit wir eine Art »Urperspektivwechsel« haben. Diese Akzeptanz und Würdigung des Bedürfnisses nach Sicherheit, das wir vom Herzen und Bauchgefühl natürlich auch kennen, sind fundamental. Das Problem ist die Dominanz des Verstandes, der über Identifikationen und sonstige Egosymptome uns das Leben schwer macht, anstatt zu erleichtern. Auch das ist nichts Neues, sondern seit tausenden von Jahren bekannt.

Begrenzungen überwinden

»Probleme kann man niemals mit derselben Denkweise lösen, durch die sie entstanden sind.«

Albert Einstein

Wir müssen aus unseren Denkblasen herauskommen, um signifikante Fortschritte in den Herausforderungen zu machen. Wie C. Otto Scharmer es ausdrückt, versuchen wir Probleme im System 4.0 mit den Tools der Systeme 1.0, 2.0 und 3.0 zu lösen. Wenn wir immer das Gleiche machen, bekommen wir auch immer das Gleiche. Wir drehen uns im Kreis und verharren statisch in einer Endlosschleife, kommen in einen Widerspruch zum Leben, in dem es ja keinen Stillstand gibt. Für dynamische Entwicklungen ist ein fortwährender Wechsel des Blickwinkels auf Herausforderungen, insbesondere internationale Konflikte, unabdingbar, um nachhaltige Lösungen zu generieren. Der Perspektivwechsel ist hierfür der bekannte Begriff, doch warum fällt er so schwer und was ist nötig, um ihn als Voraussetzung für Transformationen zu nutzen?

Einfühlungsvermögen

Den Blickwinkel einer anderen Person einzunehmen, um das gegenseitige Verständnis zu fördern, ist Einfühlung oder Empathie. Dies ist eine Grundvoraussetzung, um Konflikte für eine nachhaltige Lösung zu transformieren. Wie an einer alten Redewendung nordamerikanischer Ureinwohner erkennbar ist, ist das nicht neu:

»Urteile nie über einen anderen, bevor Du nicht einen Mond lang in seinen Mokassins gegangen bist.«

Perspektivwechsel, Wohlwollen gegenüber anderen Menschen und Empathie sind eng miteinander verbunden. Irrtümlicherweise wird dies, wenn überhaupt, nur auf direkte zwischenmenschliche Konflikte bezogen und nicht auf die politische Ebene, obwohl dort auch letztendlich auch nur Menschen agieren. So ist es kein Wunder, dass sich viele internationale Konflikte ewig hinziehen, wie z. B. der Nahostkonflikt.

Was braucht es an Voraussetzungen?

Wenn wir genau hinschauen, braucht es hauptsächlich die Bereitschaft zum Perspektivwechsel. Hinter einer mangelnder Fähigkeit steckt im Allgemeinen ein fehlender Wille. Im größeren Kontext sprechen wir vom politischen Willen, der sich aber auch wieder aus der Bereitschaft von Individuen zusammensetzt. Wir können es drehen und wenden wie wir wollen, es fängt immer bei jedem einzelnen Menschen an, auch für kollektive Haltungen, die sich ja nur daraus ergeben, aber in der Wirkung natürlich effektiver sind.

Bereitschaft und Haltung

Was hemmt die Bereitschaft bzw. warum fällt es uns Menschen so schwer, einen anderen Blickwinkel einzunehmen? In vielen Fällen fehlt es allein schon an der Akzeptanz, dass überhaupt eine andere Perspektive existieren kann und diese auch ihre Berechtigung hat. Aus dem Recht des:der Stärkeren heraus wird dies

auch regelmäßig praktisch umgesetzt, indem die andere Sichtweise ignoriert oder unterdrückt wird. Das beinhaltet die Löschung von YouTube-Videos und anderen Social Media-Kanälen, selektive Zulassung von Journalist:innen zu Pressekonferenzen und Verbote von Radiosendern. In besonders krassen Fällen werden Andersdenkende eingesperrt oder gar liquidiert. Damit ist die andere Perspektive aber nicht aufgelöst, sondern der Konflikt eskaliert oder ist unterdrückt und verschoben auf später.

Akzeptanz und Entscheidung

Es braucht eine Akzeptanz der Notwendigkeit für das Loslassen der alten Methoden und Denkweisen, wenn sie nicht mehr adäquat sind. Das heißt, z. B. zu erkennen, dass ein Tool 3.0 die Herausforderungen im 4.0-System nicht mehr bewältigen kann. Natürlich haben wir die alten Tools lieb gewonnen, mit denen wir uns auskennen. Sie wurden vielfach erfolgreich eingesetzt. Mit einem Mal kommen wir mit ihnen aber nicht wie gewünscht weiter und wir müssen eine Entscheidung treffen, etwas Neues zu probieren. Die Bereitschaft allein reicht nicht aus, es geht auch um ein Wollen. Die Bequemlichkeit oder die Komfortzone zu verlassen, ist mit Anstrengung verbunden. Hinzu kommt das mit Unsicherheit verbundene neue Terrain, was Ängste hervorrufen kann.

Ängste

Die Methode Brainstorming kennen wir alle, wenigstens vom Namen her, aber wollen wir es auch zulassen, dass dort utopische oder unbequeme Lösungen auf die Leinwand kommen? Es werden Vorschläge kommen, die die Frage provozieren könnten, warum wir darauf nicht schon früher gekommen sind, was oft Schuld- und Schamgefühle hervorruft. Das dem Menschen inhärente Programm der Schmerzvermeidung schlägt zu und wischt die Vorschläge vom Tisch oder lässt sie gar nicht erst aufkommen. Das in Deutschland vorherrschende hohe Maß an Konformität ist ein Grundstein für die Angst vor sozialer Ausgrenzung. Deshalb wird lieber im Chor der Mehrheit mitgesungen, ohne dies zu reflektieren.

Über die Ängste kommen wir zum Mut, der nötig ist für neue Schritte ins Ungewisse. Wir betreten Neuland, bewegen uns aus der Komfortzone heraus und brauchen dafür Vertrauen in uns selbst und unser soziales Umfeld.

Offenheit

Jedes Öffnen lässt theoretisch eine Verletzung zu. Diese Offenheit benötigt innere Stärke und Stabilität. Ängste betreffen oft unsere eigenste Integrität. Sie werden von der Obrigkeit bewusst geschürt und seit Jahrtausenden als Machtmittel eingesetzt, was maßgebend zu unserer Sozialisierung beigetragen hat und es immer noch tut. Es gilt dabei, unser Sicherheitsbedürfnis wohlwollend zu umarmen und nicht zu verdrängen, wenn wir mehr persönliche individuelle Resilienz aufbauen wollen.

Haltung

Eine offene Haltung, mit der wir neue Einsichten gewinnen können, ist kein Selbstläufer. Wir müssen uns dazu bewusst entscheiden. Von außen kann sie inspiriert oder angeregt werden, alles Weitere ist Eigenverantwortung.

Diese Haltung hängt mit einer Bewusstheit zusammen, die ein kritisches Hinterfragen ermöglicht. Das Gehen an unsere Systemgrenzen und darüber hinaus hängt mit unserem ureigenen Bedürfnis nach Entwicklung zusammen. Wie schon erwähnt gibt es in der Natur keinen Stillstand. Stillstand drücken wir z. B. durch statische Sprache aus, wodurch wir ständig in Konflikten leben. Statische Sprache ist ein Begriff, den Marshall B. Rosenberg im Rahmen der Gewaltfreien Kommunikation geprägt hat. Er beinhaltet das Beurteilen, Verurteilen und in Schubladen stecken durch Redewendungen wie »Du bist ...« und »Der:Die ist ein:e ...« Menschen werden in dieser Sprache zu Objekten und damit entmenschlicht, was sich in unserer westlichen Gesellschaft in Konflikten und Unzufriedenheit widerspiegelt. Dies ist eine kollektive gesellschaftliche Normalität, die kaum hinterfragt wird.

Eine im Detail förderliche Haltung für einen Perspektivwechsel hat Rosenberg

in seinen Werken über die Gewaltfreie Kommunikation beschrieben. Im Prinzip ist der Perspektivwechsel ein Teil der von ihm beschriebenen Gewaltfreien Kommunikation.

Förderung des Perspektivwechsels

Mir geht es hier nicht um die Methoden, wie Gedankensuggestionen oder selbstreflektierende Fragen, wofür es bereits genügend Ratgeber gibt. Vom Kopf her, also mit dem Verstand, können wir die gesamte Palette der Selbstreflexion verstehen, aber Wirkung und eine tatsächliche Änderung und Entwicklung entstehen erst, wenn es emotional bei einem selbst angekommen ist und eine Art von Erfahrung wird.

Von der Persönlichkeitsentwicklung zur Transformation



Wie erwähnt fängt alles bei uns selbst mit der Entscheidung zu einer bewussteren Haltung an. Dies ist eine Thema der individuellen Persönlichkeitsentwicklung hin zu mehr Eigenverantwortung. Eine bewusster Haltung erleichtert uns den Umgang mit persönlichen Konflikten, was eine gute Inspiration für die Entwicklung im eigenen sozialen Umfeld ist. Wenn dies genügend Menschen machen, wird es eine Auswirkung auf die Gesellschaft und die größeren Systeme haben.

Systemänderung

Die Theorie bzw. Hoffnung ist, dass durch die Änderung des Sinns und des Ziels der Systeme diese sich ändern (D. Meadows). Allerdings sind diese Systeme noch relativ stabil, weil die kritische Masse mangels Bewusstseins noch nicht ausreichend ist. Ob es eine Utopie bleibt oder nicht, hängt letztendlich von uns selbst ab. Auch eine lange Wanderung beginnt immer mit dem ersten Schritt, und erste Schritte gibt es bereits reichlich.

Fazit

Der Perspektivwechsel ist in einer Welt voller Konflikte und Herausforderungen für das Überleben der Spezies Mensch essenziell. Die Komplexität durch den individuellen Persönlichkeitsbezug und durch die Interaktion mit herrschenden etablierten Systemen erschwert die Durchführung von Perspektivwechseln auf individueller wie politischer Ebene. Für eine substanzielle nachhaltige Verbesserung der Fähigkeit zum Perspektivwechsel fängt es ursächlich beim Ego an. Aufgrund der Rahmenbedingungen unserer gesellschaftlichen Systeme kommen leider meist genau diejenigen an Machtpositionen, die mit einem entsprechenden Ego ausgestattet sind und damit eine Entwicklung zu mehr Frieden und Nachhaltigkeit eher verhindern. Eine besondere Bedeutung kommt daher der Zivilgesellschaft zu, die ihre Wirkungsmacht als eigentlicher Souverän noch nicht richtig zur Geltung kommen lässt.

»Man kann einen Menschen nichts lehren, man kann ihm nur helfen, es in sich selbst zu entdecken.«

Galileo Galilei



Clemens Huchel

ist Mediator BM®, Mediator in Strafsachen, Coach und Experte für Konfliktmanagementsysteme. Sein Anliegen ist es, eine empathische Haltung im Peacebuilding, »Dealing with the Past« und Anerkennungsprozesse zu fördern.

www.clemens-huchel.de
ch@peace-institute-potsdam.de

© Clemens Huchel

Spektrum der

Mediation

Herausgegeben vom
Bundesverband Mediation e. V.
www.bmev.de

Schwerpunkt

MEDIATION UND MANIPULATION

Schließt sich das aus?

Machbar:

Kollektiven Wohlstand
stärken

Möglich:

Zuhören als Schlüssel

Mächtig:

Sprache schafft
Wirklichkeit



Inhalt



Sonderserie 2023: Umdenken? Jetzt!

Verwundbarkeit ist sozial ungleich verteilt –

Prof. Dr. Berthold Vogel im Gespräch mit Alexandra Bielecke 5

Impulse

Die WIRs im ICH entdecken –

Ariadne von Schirach im Gespräch mit Antje Henkel-Algrang 8



Schwerpunkt: Mediation und Manipulation

Mediation und Manipulation – Schließt sich das aus? – *Prof. Dr. Anusheh Rafi* 11

Böse Rhetorik? – *Prof. Dr. Olaf Kramer* 12

Ist Doppeln Manipulation? – *Christian Prior* 15

Therapeutische Manipulation – *Dr. Alexander Fischer* 18

Manipulative Kommunikation in der Mediation – *Nadja Gilbert* 22

Darf ich Ihnen eine Geschichte erzählen? –

Dr. Hanna Milling im Gespräch mit Antje Henkel-Algrang und Jörn Valldorf 25

Von Wutmonstern und Strippenzieher*innen – *Julia Sonnhütter* 28

Die Wirkkraft existenzieller Wahlen – *Rita Wawrzinek* 31



Aus der Praxis – für die Praxis

Kann ich als Chef*in Mediator*in im eigenen Team sein? –

Dietrich Knapp 33

Themensammlung als eigenständige Phase in der Mediation –

Valery Radeke 35

Die Grenze zwischen Mediation und Therapie –

Marcia Siedenberg und Johannes Philipp im Gespräch mit Balthasar Arnold 38

Was Mediation von der Immunologie lernen kann – *Dr. Jörg-Peter Schröder* 42

Soll der Leidensdruck uns den Perspektivwechsel abringen? – *Clemens Huchel* 45

Der praktische Fall – *Thomas Robrecht, Prof. Dr. Anusheh Rafi* 48



Im Fokus von Wissenschaft, Politik und Recht

Partizipative Erforschung der Kommunalen Konfliktberatung auf Augenhöhe –

Dr. Michaela Zöhrer und Sylvia Lustig 49

Rezensionen

Mediation in der Praxis des Anwalts – *Prof. Dr. Anusheh Rafi* 53

Projekte und Verträge nachhaltig gestalten – *Katharina Hitschfeld* 54

