

**Konfliktmanagement-Kongress 2021,
Hannover, 25. September 2021
Forum 2: Mit Leib und Seele klären
Referent: Christian Prior, Klärungshelfer,
Mediator, Psychotherapeut, München**

Ein Bericht

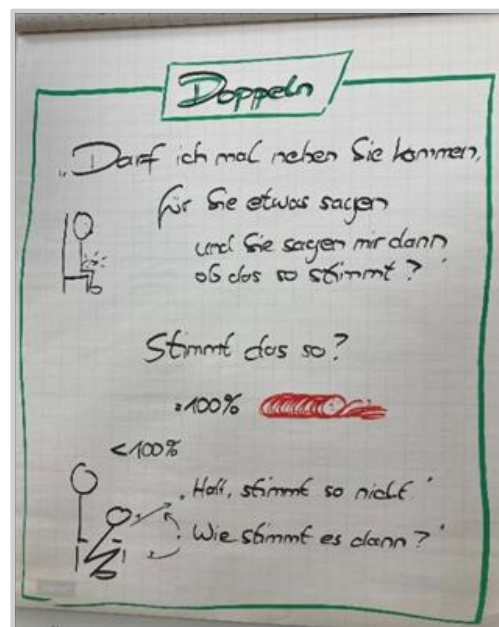
In dem Forum 2 „Mit Leib und Seele klären“ stellte Christian Prior das maßgebliche Instrument der Klärungshilfe, nämlich das Doppeln, vor und übte dieses mit den Teilnehmerinnen und Teilnehmern.

Bei der Klärungshilfe handelt es sich um eine von dem Psychologen Christoph Thomann und dem Kommunikationswissenschaftler Friedemann Schulz von Thun entwickelte Form der Mediation. Die Klärungshilfe ist in insgesamt 7 Phasen strukturiert. Insoweit nehme ich Bezug auf die Berichte zu den Foren 4C der Konfliktmanagementkongresse 2014 und 2018. Insbesondere in der Phase „Dialog der Wahrheiten“ begleitet der Klärungshelfer/die Klärungshelferin einen verlangsamt und vertieft Streitdialog zwischen den Konfliktbeteiligten. Dabei werden in erster Linie die Methoden des Dialogisierens und des Doppelns angewandt (vergleiche auch Bericht von Barbara von Seebach, Archiv Konfliktmanagement - Kongress 2014, Forum 4C, Seite 3).

Warum das diesjährige Forum von Christian Prior „Mit Leib und Seele klären“ überschrieben wurde, konnten die Teilnehmerinnen und Teilnehmer des Forums nicht nur bei Christian Prior beobachten, sondern auch selbst erfahren, Fragen stellen und diskutieren. Mit dem eigenen Körper in den Streitdialog zu gehen, spiegelt sich ganz besonders in dem Instrument des Doppelns.

Wie Christian Prior zu Beginn des Forums erläuterte, hat Präsenz viel mit Wahrnehmung der eigenen Empfindungen zu tun, sodass er die Teilnehmerinnen und Teilnehmer aufforderte, zunächst in einer ruhigen Übung den eigenen Körper wahrzunehmen.

Anschließend stellte er das Doppeln vor:



Dieses Werkzeug wird eingeleitet mit der Frage: Darf ich mal neben Sie kommen, für sie etwas sagen und Sie sagen mir dann, ob das so stimmt? Erst wenn der gefragte Konfliktbeteiligte (der/die zu doppelnde (A)) zustimmt, steht der Klärungshelfer/die Klärungshelferin (KH) auf und kniet sich im 45° Winkel neben die Partei (A).



Mit dem Blick zum Konfliktgegenüber (B) doppelt/formuliert der Klärungshelfer/die Klärungshelferin das von der zuvor gehörten Konfliktpartei Gesagte/Gemeinte/Gefühle. Anschließend wird die Frage: „Stimmt das so?“ der gedoppelten Partei (A) gestellt. Erst bei einer 100-prozentigen Zustimmung nimmt der Klärungshelfer/die Klärungshelferin wieder auf dem eigenen Stuhl Platz. Wenn die gedoppelte Partei (A) nicht vollständig zustimmt, wendet sich der Klärungshelfer/die Klärungshelferin zunächst mit dem ausgestreckten, stoppenden Arm und den Worten: „Halt, stimmt nicht!“ wieder an das Konfliktgegenüber (B). Im Anschluss wird die gedoppelte Partei (A) gefragt: „Wie stimmt es dann?“. Während der Klärungshelfer/die Klärungshelferin zuhört, senkt er/sie den Kopf auf die Brust. Dann startet das Doppeln erneut und es folgt erneut die Rückversicherung.

- Zu beachten ist beim Doppeln zunächst der „kleine Singvogel“ auf dem Schoß des Klärungshelfers/der Klärungshelferin (vgl. Flipchart oben). Der Klärungshelfer/ die Klärungshelferin, hat die Aufgabe das Vögelchen zu hüten, d. h. die eigenen Impulse zu kontrollieren und erst nach dem „Ja“ zum Doppeln (also dem Ja auf die Frage: „Darf ich mal neben Sie kommen, für sie etwas sagen und sie sagen mir dann ob das so stimmt?“) aufzustehen und sich im 45° Winkel neben die Partei A zu knien.
- Wichtig ist, dass der Klärungshelfer/die Klärungshelferin während des Doppelns aus der „Ich-Form“ spricht, er/sie ist in diesem Moment das Alter Ego der gedoppelten Partei.
- Christian Prior hat weiter empfohlen, die Doppelung möglichst im Wege der Salomitaktik vorzunehmen, und nicht zu viel Inhalte, Gefühle auf einmal zu transportieren, also: „wenig reinpacken, dann absegnen lassen und genau werden“. Andernfalls besteht die Gefahr, dass der Gedoppelte „Ja und Amen“ sagt.
- Wichtig ist auch während des Doppelns, die Blickrichtung zu beachten, also nicht zu (A) dem/der Gedoppelten, sondern zu (B) dem Konfliktgegenüber zu schauen.

Die kniende Position des Klärungshelfers/der Klärungshelferin neben der gedoppelten Partei bedeutet auch: „ich knie mich für dich rein“, bin also mit Leib und Seele dabei. Hinter der Partei zu stehen empfiehlt sich nicht, da dann die Kommunikation von oben nach unten läuft. Sollte der Klärungshelfer/die Klärungshelferin nicht knien können, empfiehlt sich ein Extrastuhl also nicht der originäre Stuhl des Klärungshelfers/der Klärungshelferin, sondern ein zusätzlicher Stuhl, der neben die zu doppelnde Partei gestellt wird. Dieser Stuhl ist erforderlich, da der Klärungshelfer/die Klärungshelferin zum Alter Ego der gedoppelten Partei wird und in diesem Rahmen einen gesonderten Platz/Stuhl benötigt.

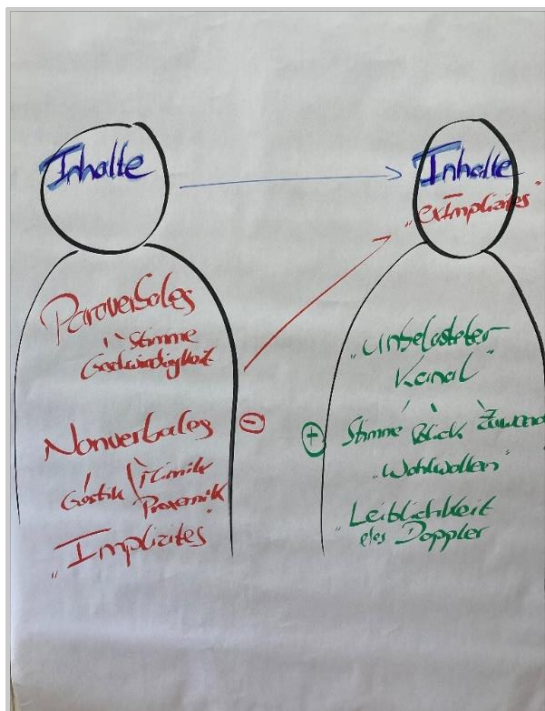
Zur Frage wann das Doppelten einzusetzen ist bzw. eingesetzt werden kann, hat Christian Prior das Tripel – A- Prinzip vorgestellt und dabei erläutert, dass das Doppeln im Rahmen des Streitdialoges etwas ganz Normales ist, was das Gespräch begleitet. Dies bedeutet von Anfang an, automatisch sowie angenehm.

Eine besondere Rolle beim Doppeln spielt die eigene Körperwahrnehmung des Klärungshelfers/ der Klärungshelferin. Wichtig ist mit den eigenen Erfahrungen verbunden zu sein und alle Sinne zu nutzen; nicht nur das Visuelle wie bei Facebook und Co. in den Vordergrund zu stellen. „Wer sich in seinem Körper nicht mehr zu Hause fühlt, wird sich auch in der Welt nirgends zu Hause fühlen.“ (Hier entstand eine kleine Unsicherheit von wem das Zitat ist, ich vermute es ist von Yuval Noah Hariri).

Der Klärungshelfer/die Klärungshelferin beschert den Beteiligten also beim Doppeln eine Inkongruenz, d. h. auch aufgewühlte oder aufwühlende Themen werden in einem ruhigen Ton von dem Klärungshelfer/ der Klärungshelferin gesprochen. Frei nach dem Motto: die Konfliktparteien kriegen das nicht hin, aber wir! Wichtig ist hier, den schwierigen Kern nicht weich zu waschen, sondern die Botschaft im ruhigen Ton zu senden. Es geht darum die Themen/die Situation/die Gefühle verkräftbar und bearbeitbar zu machen. In Konflikten schauen sich die Parteien oft gar nicht mehr an bzw. nicht mehr in die Augen. Der Klärungshelfer/die Klärungshelferin hockt sich hin, schaut das Konfliktgegenüber (B) an, nennt dessen Namen und benennt dann die Gedanken

und Gefühle der Partei (A). Die Schutzschicht der Parteien darf dabei nicht „runtergerissen“ werden, sie wird nur besprechbar gemacht.

Inhalte des Doppeln: hier ist die von Christian Prior erstellte Flipchart besonders aussagekräftig.



Die kraftvollen, gegebenenfalls verletzenden Inhalte der Beteiligten, die im Konflikt so schwer vom Gegenüber zu hören und zu bearbeiten sind, wandelt der Klärungshelfer /die Klärungshelferin beim Doppeln unter Einsatz von Leib und Seele um. Nonverbales, implizites wird „explizit“ gemacht. Der Klärungshelfer /die Klärungshelferin macht aus den schwierigen Themen mit ruhiger Stimme, zugewandtem Blick und Wohlwollen verkraftbare Äußerungen, die im Anschluss auch von den Beteiligten bearbeitet werden können. Wichtig ist, dass dabei die schweren Inhalte nicht verharmlost werden, sondern auf eine inkongruente Art in den Konflikt eingebracht werden, die es ermöglicht, mit ihnen produktiv umzugehen. Der eigene Körper des Klärungshelfers / der Klärungshelferin wird also zum unbelasteten Kanal für die Gefühle und Reaktionen der Streitenden. Hier findet sich die besondere „Leiblichkeit des Doppeln“ (zum Beispiel mit Stimme, Blick, Zuwendung und Wohlwollen).

Das Doppeln ist das zentrale Element der Klärungshilfe um zu Vertiefen und Verkraftbar zu machen. Dieses Instrument ermöglicht in der Konfliktbearbeitung von Anfang an ein verkraftbares „Vorne herum“. Das sonst im Konfliktgeschehen üblicherweise anzutreffende „Hintenrum“ soll vermieden werden. Gefühle, Meinungen, Einschätzungen werden so zunächst in unverminderter Intensität unmittelbar Gegenstand des Klärungshilfegesprächs, dann aber durch das Doppeln verkraftbar und bearbeitbar gemacht.

Im Rahmen des Workshops konnten die Teilnehmerinnen und Teilnehmer das Doppeln mehrfach üben und so eigene Erfahrungen sammeln. Es ist gar nicht so einfach, aber wenn es gelingt, ist es äußerst gewinnbringend.

Christian Prior hat sich abschließend auch den Fragen der Teilnehmerinnen und Teilnehmern gestellt. Das Doppeln kann beispielsweise auch nur mit einer einzelnen Partei (im Beispiel der Ehefrau A und ohne den Ehemann B) durchgeführt werden. Dann wird quasi in der Position des Konfliktgegners (B) ein leerer Stuhl genutzt. A erzählt dann ihre Sicht des Konflikts und wird von der Klärungshelferin / dem Klärungshelfer aufgefordert: „Setzen Sie sich mal auf den anderen Stuhl, so wie ihr Mann sitzen würde. Was würde ihr Mann sagen?“ Wenn sich A wieder auf ihren Stuhl gesetzt hat wird sie gefragt: „Was sagen Sie dazu, was ihr Mann gesagt hat?“ Anschließend wird A gedoppelt. Dann setzt sich die Frau wiederum auf den Stuhl des B und erzählt. In der Folge wird der Mann, also am Stuhl von B gedoppelt. Allerdings ist zu berücksichtigen, dass die Abwesenheit eines Konfliktgegners verzerrt, es wird dadurch nicht ehrlicher. Die Anwesenheit verzerrt zwar auch, aber damit können die Klärungshelfer etwas anfangen, es beispielsweise mit dem Doppeln sichtbar machen.

Katja Josephi

Vorsitzende Richterin am Landessozialgericht,
Güterichterin