

Alles Verhandlungssache

Vom endlosen „Sind wir bald da?“-Gequengel der lieben Kinder bis zum Beziehungskrach nach einem harmlosen Strandflirt – Urlaube bieten jede Menge Konfliktpotenzial. Das Mediatorinnen-Team Petsch & Petsch erklärte *Gesunde Stadt*, wie man am besten damit fertig wird.

INTERVIEW: PETER HIESS, FOTOS: ALEXI PELEKANOS

GESUNDE STADT: Wie kamen Sie beide zur Mediation? Und wozu braucht man Mediation eigentlich?

MAG. BARBARA PETSCH: Ich bin Juristin – und in diesem Beruf steht man immer wieder an: Das Gesetz ist zwar ein toller Rahmen, aber sehr oft sind in dem Bereich, in dem wir arbeiten, wo es um Beziehungen, Familien und Kinder geht, individuelle Lösungen gefragt. Und diese Lücke schließt die Mediation, die auch vom Gesetz etabliert wurde und vom Staat gefördert wird, sodass sie sich auch einkommensschwache Familien leisten können.

MAG. SABINE PETSCH: Ich habe mir während meines Psychologiestudiums gedacht, dass ich gern im präventiven Bereich, wo man sozusagen das Lebensglück erhöhen kann, tätig sein möchte. So bin ich zum Konfliktmanagement gekommen. Mediation ist bei vielen Menschen eine tiefe Sehnsucht, glaube ich. Da geht es darum, dass man sich näher kommt, also zusammensetzt, über seine eigenen Wünsche und über das spricht, was man sich immer schon von der Seele reden wollte.

B. PETSCH: Und bei vielen Konflikten ist der entscheidende Punkt eben, dass die Leute nicht miteinander reden. Sie glauben, dass die Situation durch Nichtreden besser wird und abkühlen könnte, dabei ist genau das Gegenteil der Fall. In der Mediation nützen wir die Energien des Konflikts, um ihn zu lösen – nach dem Motto: Krise als Chance. Konflikte sind wichtig und gehören zum Menschsein, aber sie sind gleichzeitig eine Gelegenheit zum Neubeginn. Der große Vorteil der Mediation ist die Zukunftsperspektive. Wir schauen nur so weit in die Vergangenheit, wie es wirklich notwendig ist, und richten unseren Fokus nach vorne: Was können wir besser machen und wo müssen wir dafür ansetzen?

GS: Was kann man nun im Urlaub tun, wenn man streitet und zufällig keine Mediatorin dabei hat?

B. PETSCH: Nicht nur im Urlaub ist es wichtig, eine Streitkultur zu entwickeln: Unterbrechen Sie den anderen nicht, hören Sie ihm zu, lassen Sie ihn ausreden, nehmen Sie sich Zeit. Bei einem Streit geht es unter anderem darum, auf die Bedürfnisse des anderen, aber auch auf die eigenen zu achten. Stellen Sie sich also immer die Frage: Wie geht es mir in dieser Situation? Denn wenn es mir nicht gut geht, kann es dem anderen auch nicht gut gehen. Und man sollte sich auch klar machen, wo die Konflikte liegen.

S. PETSCH: Wir empfehlen für Urlaube, ganz am Anfang – das heißt, schon bei der Planung – einen Rahmen zu machen und ganz klar auszusprechen: Welche Erwartungen habe ich? Will ich bergsteigen gehen oder lieber am Strand liegen? Der Urlaub beginnt eben schon, sobald man die Idee dazu entwickelt. Oft sind auch die Erwartungen einfach zu hoch: In den Ferien muss alles Eitel-Wonne-Waschtrog sein, und das geht eben nicht. Im Alltag hat man zudem