



Tina Hentschel
BÜRO FÜR FAMILIENRECHT,
BETREUUNG UND MEDIATION

Tina Hentschel | Neustadt 18 | 02763 Zittau

Gesprächsleitfaden MDR um Vier - Leichter Leben



Tina Hentschel - Trennungs- und Scheidungsmediatorin

Thema: Scheidung ohne Rosenkrieg

Sendung: 07.12.2022

Inhaltliche Schwerpunkte:

Fast jede dritte Ehe in Deutschland wird geschieden. Die Scheidungsrate bleibt zwar bei rund 39 Prozent stabil allerdings trennen sich immer mehr Paare, die schon länger als 20 Jahre verheiratet sind. Viele stehen von heute auf morgen vor einem riesigen Scherbenhaufen ihres Lebens. Manche bekämpfen sich mit allen Mitteln und überschütten sich mit Hasstiraden.

Andere versuchen zumindest, sich einigermaßen einvernehmlich zu trennen. Eine Scheidung in Würde kann das überhaupt gelingen? Wie kann man trotz einer Trennung fair miteinander umgehen und warum sollte man einen Rosenkrieg unbedingt vermeiden? Über all das sprechen wir heute mit der Trennungs- und Scheidungsmediatorin Tina Hentschel.

➤ Frage:

Fast jede dritte Ehe in Deutschland wird geschieden. Auch wenn die Scheidungsrate seit einigen Jahren stabil bei rund 39 Prozent liegt, trennen sich immer mehr Paare, die länger als 15-20 Jahre verheiratet sind. Woran das liegt und vor allem, wie kann man nach einer Trennung einen Rosenkrieg vermeiden?

Tina Hentschel (LL.B.)
Büro für Familienrecht, Betreuung und Mediation
Neustadt 18 | 02763 Zittau

Fon +49 3583 5073394
Fax +49 3583 5075563
mail@tina-hentschel.de

• Hochschulzertifizierte Mediatorin
• Fachkraft für Prävention und Intervention bei sexuellem Missbrauch
• Zertifizierte Trennungs- und Scheidungsmediatorin (US-Bundesstaat Iowa)
• U.S.-Kids 1st Mediator
www.tina-hentschel.de

Darüber sprechen wir heute mit der Trennungs- und Scheidungsmediatorin Tina Hentschel.

Herzlich Willkommen Frau Hentschel. Sie sind studierte Rechtswissenschaftlerin und leiten seit sechs Jahren eine Praxis für Familienrecht und Mediation. Täglich beraten Sie Paare, die vor einer möglichen Trennung stehen oder sich schon getrennt haben. Laut aktuellen Zahlen lassen sich immer mehr Paare scheiden, die schon länger verheiratet sind. Ist das verflixte siebente Jahr Schnee von gestern?

Tina Hentschel:

War denn das „verflixte siebte Jahr“ jemals mehr als ein kleiner „Aberglaube“? Die Anzahl der Ehejahre halte ich nur insoweit für relevant, als dass es durch eine längere Zeit der Beziehung und des eingeschliffenen Alltags eine immer größere Herausforderung wird, fernab des anfänglichen „Zaubers des Verliebtseins“, gut auf sich als Paar, als Einzelpersonen und in unseren diversen Rollen als u.a. Mütter, Väter, Arbeitnehmer, Freunde in Freundeskreisen zu achten. Dabei einander nah zu bleiben als Paar, das ist die große Herausforderung.

➤ **Frage:**

Warum lassen sich immer mehr Paare scheiden, die schon so lange verheiratet sind?

Tina Hentschel:

Ich glaube, das hängt deutlich mit dem eben Angesprochenen zusammen. Wir konzentrieren uns im Alltag darauf, Rollen zu erfüllen, der Partner an unserer Seite wird schnell zur Gewohnheit und „Normalität“. Auch unsere schnelllebige Konsumgesellschaft und die Sozialen Medien spielen da eine gewichtige Rolle: immer höhere Anforderungen an uns selbst lassen wir an uns ran tragen, toller Sex, tolles Aussehen, eine tadellose Familienfassade nach außen. Alles scheinen wir auch bei Anderen immer so perfekt zu erleben. Tolle Social Media Posts stützen diese Annahme, die nicht zuletzt in uns Zweifel säht und seltsame Vorstellungen zu einer verklärten Ehe- und Alltagssituation. Eine gute und lange Ehe ist harte Arbeit an sich selbst und an sich als Paar miteinander.

Eine offene Fehlerkultur, mal Versagen und Hinfallen und Schwäche leben zu dürfen, ohne Blicke und Schmähungen Dritter zu fürchten, davon scheinen wir gesellschaftlich noch weit entfernt.

Manche Philosophen und Soziologen vertreten sogar die Ansicht, dass der extreme Narzissmus des Spätkapitalismus unsere Gesellschaft grundlegend geändert hat. Man investiert lieber Zeit in die eigene Person als in die Selbstreflektion, Kommunikation und Arbeit in Beziehungen. Das „Selfie“ scheint heutzutage deutlich wichtiger, als die Zeit miteinander und füreinander.

Es wäre toll, wenn es in unserer Gesellschaft normal wäre, zu einer professionellen dritten Person zu gehen um über Bedürfnisse, Erwartungen aneinander zu sprechen. Die Ehe ist nämlich wie ein Pflänzlein, welches wir pflegen müssen, ggf. auch mal umtopfen, welches immer wieder unserer besonderen Aufmerksamkeit bedarf.

— Ich erlebe viele (Ex-)Paare in der Beratung, die eine einander erreichende Kommunikation miteinander als Paar verlernt haben. Die es verlernt haben, auf die Insel des Anderen zu schauen, um zu verstehen, wie er oder sie sich fühlt und eigene Bedürfnisse dafür zurückzustecken.

— Das betrifft Jeden von uns, das sind teils super Eltern, Power-Frauen und -Männer, liebevolle Großeltern, aber von der Ehe bleibt nach aller gemeinsamen Alltagsbewältigung nicht mehr viel übrig. Von dem Gefühl, sich begehrt zu fühlen, miteinander lange Gespräche und auch respektvolle Streitgespräche führen zu können, spezielle Momente und Inhalte miteinander zu erleben und zu teilen – auf Paarebene. Es ist bedenklich zu sehen, wie Paare dann immer mehr aushalten, der Kinder wegen zusammenbleiben und oftmals meinen, an diesem Zustand nichts ändern zu können. Ich bin überzeugt, dass man an einer Ehe arbeiten kann, die in keinem guten und für die Partner zufriedenstellenden Zustand ist.

An solchen Punkten erlebe ich aber auch oft Resignation, oft wenig Anstrengungsbereitschaft. Wenn ich mich mit älteren Menschen zum „Geheimnis“ ihrer langen gemeinsamen Ehejahre unterhalte, so beschreiben sie, ein „Auf und Ab“ miteinander erlebt, mal mehr oder minder ausgehalten, mitgestaltet und mal näher und ferner aneinander (teils vorbei-) gelebt zu haben. Mit kleinen Lösungsstrategien für jede Situation.

➤ **Frage:**

Ist eine Trennung unausweichlich ist das für Ehepartner eine äußerst emotionale Belastung. Schnell sind die Fronten verhärtet und es wird gestritten ums Geld und um die Kinder. Viele schalten sofort einen Anwalt ein. Verschärft sich damit die Situation nicht noch mehr?

Tina Hentschel:

Ich führe zahlreiche sog. „Perspektivgespräche“ mit Partnern, die sich trennen wollen. „Perspektive“ deswegen, weil wir uns in solch Situationen bewusst werden müssen, wo wir hin wollen, wie wir weiterleben wollen, was wir eben auch nicht wollen und wer dann die möglichen Professionen, mit wiederum eigenen fachlichen und wirtschaftlichen Hintergründen sein können, die man involviert. Die Rolle eines Anwalts ist eben eine deutlich andere als die des Jugendamtes, eines Mediators oder eines Psychologen.

Die erste rechtliche Beratung bei einem Anwalt, wo man objektiv, inhaltlich bei einer Trennung steht und welche Optionen es gibt, ist kein Weg, der der Mediation entgegensteht. Es gibt explizit auch Rechtsanwältinnen, welche nicht sofort zu Stift und Papier greifen, sondern den potentiellen Mandanten in Mediation und außergerichtliche Vermittlungsoptionen schicken. Gerade wenn Kindern involviert sind, ist das ein wichtiger Schritt.

Jeder, der bereits anwaltlich begleitete Verfahren erlebt hat, weiß was es mit einem macht, die „Vorwürfe“ des Anderen durch einen Dritten in bürokratischer Sprache formuliert, schwarz auf weiß und konfrontativ zu lesen. Ein Anwalt ist eben ein einseitiger Vertreter EINES Mandanten. Das sind dann auch die Schreiben, welche Jahre später in schwachen Momenten aus Schubladen gekramt und nochmals gelesen werden. „So hat er/ sie schon immer über mich gedacht“, „ich wusste es...“, „schon damals...“. Das wiegt im Familienkontext noch einmal schwerer, als wenn es anwaltlicher Kontakt bzgl. eines Auto-Sachschadens ist. Denn hier geht es an unseren persönlichen und höchst zu schützenden Nah- und Lebensbereich. Das sitzt einmal tiefer und ist deutlich angreifender. Gerade in den Hochkonfliktsituationen wird jedes Wort auf die vielgenannte „Goldwaage“ gelegt.

Einleitung:

Wenn sich Paare scheiden lassen, ist das für die Betroffenen eine äußerst emotionale Belastung. Vor allem wenn verletzte Gefühle eine Rolle spielen, sind die Fronten verhärtet und nicht selten beginnt ein nervenaufreibender Rosenkrieg, Streit ums Geld, ums Haus oder um die Kinder verschärfen die Situation. Sprechen dann nur noch die Anwälte, folgt in aller Regel ein mit aller Härte geführter Scheidungskrieg. Doch soweit sollte es gar nicht erst kommen, davon ist sich die Rechtswissenschaftlerin Tina Hentschel überzeugt.

Seit sechs Jahren begleitet sie in ihrem Büro für Familienrecht und Mediation deutschlandweit und auch als internationale Mediatorin Paare auf dem Weg zu einer einvernehmlichen und friedlichen Lösung. Wenn Die Liebe geht, kann auch Freundschaft bleiben, so ihr Credo.

➤ **Frage**

Scheidungen sind schmerzhaft für alle Beteiligten zu einem geht es ums Geld, Haus und sehr oft auch um die Kinder. Die leiden ganz besonders unter den Streitigkeiten der Eltern. Damit es nach der Trennung nicht zu einer Schlammschlacht kommt, sollte man sich rasch Hilfe holen. Warum sollte das nicht gleich ein Anwalt sein?

Tina Hentschel:

Man könnte meinen, der schnelle Gang zum Anwalt erschwert die Konfliktvermittlung eher. Neben einer ersten informativen Beratung gibt es aber viele Familienrechtsanwälte, welche Mandanten zu einem ersten Versuch in Mediation raten.

Sie fragen, warum man nicht sofort, überspitzt gesagt, mit Anwälten aufeinander losgehen sollte?! Ganz egoistisch gesprochen: unserer selbst wegen. Und wenn wir das mit der Liebe zu unseren Kindern ernst meinen, über bloße Worte hinaus, dann vor allem der Kinder wegen. Denn diese Verantwortungsübernahme, einen guten und respektvollen Weg auf Augenhöhe miteinander zu finden, dürfen sie von ihren Eltern erwarten.

Nein im Ernst, im Konflikt bleibt natürlich viel Blick auf uns selbst übrig: in einem vorangegangenen Lebens- und Paarweg, wo es eben verlernt wurde, gut auf den anderen Partner und gut miteinander auf die Partnerschaft zu schauen. Daher beginnt meine Arbeit meist dort, wo sich die einzelnen Streitparteien befinden: auf ihrer eigenen Insel. Und auf unserer eigenen Insel wollen wir alle im Grundbedürfnis Harmonie, Liebe, Zufriedenheit. Wenn es also in einem Erstgespräch gelingt, darauf zu schauen, was brauche ich und was möchte ich vermeiden, erlebe ich viele (Ex-)Paare, welche sich erstmal für den außergerichtlichen Weg entscheiden.

Der gerichtliche Weg bleibt damit offen, was jedoch vor allem Motivation ist, ist die Hoffnung, einen jahrelangen Scheidungs- und Trennungskrieg, in welchem auch die Kinder und ganze Familiensysteme – Onkel, Tanten, Großeltern ... - kaputt gehen würden, zu vermeiden.

➤ **Frage**

Warum ist die Gesprächsbereitschaft jedoch das A und O damit eine Mediation überhaupt Sinn macht und wie bringt man beide Partner an einen Tisch?

Tina Hentschel:

„Gesprächsbereitschaft“ ist auf den ersten Blick schon zu hoch gegriffen. Ein Eigeninteresse daran, sich selbst nicht durch Wut, hohen Zeitaufwand mit dem Ex über Jahre, Gedanken an diesen oder diese, das eigene Leben zu verbringen, sind eine erste Motivation, die noch weit unter „Gesprächsbereitschaft“ liegt, aber mit der sich arbeiten lässt.

Wenn wir verstehen, dass wir den Krieg nicht dem oder der Ex gegenüber beginnen, sondern dieser über Monate und Jahren auch in unserem Leben weitertobt, über Jahre andauern und uns mit negativen Gefühlen zerfressen kann, anstatt man sich freier und wieder positiver fühlt, dann sollte das ein Antrieb sein, die außergerichtliche Beilegung des Konfliktes zu wählen. Wenn wir dann als Eltern nochmal in unseren Herzen schauen, was wir uns für unsere Kinder wünschen, erlebe ich viele sehr verantwortungsbewusste Elternteile. Elternteile, welche verstehen, wie Kinder durch Trennungen der Eltern beispielsweise in Loyalitätskonflikte, Parentifizierung – also in Stellvertreterhandlungen für ein Elternteil - große psychische Probleme gezogen werden können.

Es braucht also zum Anfang eine Gesprächsbereitschaft mit dem Mediator, aber noch keine mit dem/ der Ex-Partner/in.

➤ **Frage**

Was sind die Vorteile einer Mediation und wie läuft diese ab?

Tina Hentschel:

Einige davon habe ich mit Blick auf uns selbst, auf die Eltern- und Kindes-Ebene bereits angesprochen. Da gibt es sicherlich noch einiges mehr aufzuzählen.

- ein außergerichtliches Vermittlungsangebot bei Trennungs- und Scheidungskonflikten bzw. bei Kindesentführungen, Umgangs- und Sorgerechtsstreitigkeiten.
- eigenverantwortliche Regelung von Fragen, die in Konfliktsituationen geklärt werden müssen – fernab eines Richters, Vertreters der Kinder im Verfahren, die Sie kurz kennen, dann IHR Leben regeln, nach deren ersten Eindrücken – also die Chance, selbst Experte zur eigenen Lebensführung und als Eltern zu bleiben – das Expertensein sollten wir nicht leichtfertig aus der Hand geben.

- vertraulicher Prozess des Verhandeln, der nur mit gemeinsamen, von beiden Parteien als fair empfundenen Lösungen, endet. Gleichberechtigtes Einbringen, Austausch von Positionen statt der Abhängigkeit von Verhandlungsführung eines Richters, Anwälten usw.
- Mediatoren sind hier Wegbegleiter der Parteien, nicht aber deren Richter, Gutachter, Schlichter oder Anwälte. Wobei hier in meinem Wirken, was immer mit dem Fokus auf Kinder erfolgt, eine Parteilichkeit FÜR die Kinder besteht, das lasse ich nie außen vor, Lösungen der Eltern müssen Kindeswohl dienlich und dürfen für diese nicht gefährdend sein.

Entscheiden sich (Ex-)Paare für die Mediation, dann beginnt diese zumeist erstmal mit einem Vorgespräch mit dem Mediator. Hier treffen beide Parteien noch nicht aufeinander. In hochstrittigen Trennungs- und Scheidungssituationen oder wenn körperliche, psychische, sexuelle Gewalt ein Thema ist, arbeiten wir oftmals auch in Co-Mediation – also mit zwei Mediatoren. Der Mikk e.V. in Berlin, als dessen Mediatorin ich arbeite, setzt beispielsweise bei allen Mediationen auf ein bi-professionelles Mediatoren-Team. Das hat den Vorteil, dass wir einander gut ergänzen können, unterschiedliche Impulse der Klienten spüren und aufgreifen und einem manchmal ein Mediator sympathischer ist als der andere, man mit diesem besser mitziehen kann.

Auch gibt es nach diesem ersten Kennenlernen unterschiedliche Modelle: zum Einen erfolgen nach den Erstgesprächen, dem „JA“ beider Parteien zur Mediation, gemeinsame Mediationssitzungen, in denen gemeinsame Themen und Fragen festgelegt werden. Diese werden dann im Erläutern und Beleuchten der Hintergründe und Gefühle der Parteien, mit dem Blick auf die Entwicklung möglicher Lösungsoptionen bearbeitet.

Zum Anderen aber kann es in genannten Konstellationen auch sinnvoll sein, die eher aus der amerikanischen Mediation bekannte Shuttle-Mediation, einzusetzen. Hier treffen die Ex-Paare nicht aufeinander, sondern der Mediator bewegt sich als Vermittlungsperson zwischen beiden hin und her.

Das kann man online lösen, wo sich beide nicht sehen, hören, riechen müssen – also wirklich nochmal die Sinnesebene ausgeschaltet wird, was nach traumatischen Erlebnissen ganz wichtig und hilfreich sein kann. Online hat man dann die Chance über eine „Wartezimmer“-Option zwischen beiden hin- und her zu schalten oder beide zusammen zu schalten mit den Mediatoren. Im Persönlichen ist es als „Shuttle-Mediation“ eine Option, dass beide Parteien in unterschiedlichen Räumen sitzen. Sie kommen teils zu unterschiedlichen Zeiten an, um einander nicht zu begegnen.

Ich nehme mir daher im Vorgespräch genau dafür Zeit, zu erfühlen, in welchem Setting eine Mediation in der individuellen Konstellation Sinn machen und im Schutz eines jeden Medianten sowie ggf. der Kinder, durchgeführt werden kann. Oftmals ist es auch eine Vermittlung an weitere Optionen der parallelen Stabilisierung, wie u.a. Psychotherapie, Eltern-Coachings, des Einbeziehens einer Unterstützungs-Person. Konfliktlösungen gibt es also immer, wir müssen als Mediatoren nur kreativ sein und unsere Klienten Kreativität zulassen.

➤ **Frage**

Was ist neben der Gesprächsbereitschaft noch ein wichtiger Punkt?

Tina Hentschel:

Die Teilnahme erfolgt freiwillig, das ist sehr wichtig. Auch ein respektvoller und gewaltfreier Umgang miteinander ist im Aufeinandertreffen der Klienten Fokus meiner Arbeit. Wenn diese ersten Parameter nicht stimmen und sich vor allem während des Mediationsprozesses nicht bessern, weil es beispielsweise immer wieder zu verbalen Beschimpfungen, Diffamierungen kommt gegen den Anderen oder das Mediatoren-Team, uns eine der Parteien einseitig als Druckmittel gegenüber dem Ex-Partner einzusetzen versucht, uns als Mediatoren immer wieder anweist, Druck auf den Anderen auszuüben – uns also deutlich aus der Rolle der Neutralität herauszudrücken versucht, dann nehme ich mir das Recht, die Mediation meinerseits zu beenden. Ein gewisses Level an Achtung des anderen Menschen und Kompromissbereitschaft müssen beide Parteien in die Mediation einbringen.

➤ **Frage**

Warum ist es so schwierig gute Kompromisse zu finden?

Tina Hentschel:

Einen guten Kompromiss zu einem Zeitpunkt zu finden, an welchem eine Trennungs- und Scheidungs-Entscheidung gefallen ist, ist aufgrund des Weges bis zu dieser Entscheidung erschwert.

Das heißt, dem sind oftmals Streit, Kränkungen, Abwertungen, negative Gefühle und eine Konfliktdynamik vorangegangen. Noch vor Jahren habe ich im Rahmen meines Bachelor-Studiums der Rechtswissenschaft nichts von Eheverträgen gehalten. Das fühlte sich an, wie das Heraufbeschwören von Krise, bevor die Ehe überhaupt losgeht. Heute aber ist der Punkt, wo Menschen einander noch positiv oder mindestens neutral zugeneigt sind, noch ein Hauch eines positiven Gefühls für den Anderen vorhanden ist, nach meinem Verständnis ein ganz wunderbarer, um Kompromisse zu erarbeiten.

➤ **Frage**

Dabei ist Geduld und Fingerspitzengefühl gefragt. Wie gehen Sie als Mediatorin vor, damit sich die Beteiligten aufeinander zubewegen?

Tina Hentschel:

Es wäre wenig professionell, da vorzugeben, dass es DEN EINEN WEG gäbe. Jeder der Menschen, denen wir Mediatoren begleiten, ist unterschiedlich und braucht ganz individuell Zuwendung und Bearbeitungsoptionen für die Mediation. Eigene Erfahrung, eigene überwundene Schicksalsschläge schärfen als Mediatoren aber unseren Sinn für das Mitfühlen und Verstehen des Schmerzes. Das ist eine Arbeitsgrundlage, jedoch auch immer individuell. Das macht es so spannend, herausfordernd und so unterschiedlich in den Fällen zueinander. Beispielsweise gibt es Klienten, deren Redefluss man regulierend steuern muss, andere zum Reden und sich Einbringen motivieren, wiederum andere wollen mit der Lösung vor dem Verstehen des Problems beginnen, bei manchen Klienten führt man mehr. Da ist auch jeder Mediator individuell unterwegs. Aber eben das ist die Chance eines Mediatoren-Teams. Das schreckt erstmal der doppelte Kosten wegen ab, die zumeist hälftig zwischen den Parteien geteilt werden. Aber es macht, so auch das Modell des bundesweiten und internationalen Vereins Mikk, absolut Sinn, die Mediation auf solch breite Basis zu stellen und vor allem mit einem hohen qualitativen Anspruch für die Medianten heranzugehen. Schließlich sind wir Begleiter und Wegweiser in deren ganz persönlicher Krisen- und Konfliktsituation.

➤ **Frage**

Gibt es Momente in Ihrer praktischen Arbeit, wo Sie sagen an der Stelle kommen wir nicht weiter?

Tina Hentschel:

Wir kommen oftmals „nicht weiter“, aber das sind keine Gründe, aufzugeben. Daher finden in vielen Mediationen mehrere Mediations-Sitzungen statt. Das ist ein offener Weg, es dauert so lange und wir kommen so weit, wie es die Klienten zulassen. Auch Pausen, Unterbrechungen und nochmalige Einzelgespräche während der schon laufenden Situation sind Wege, kleine Schritte nach vorn zu gehen. Ein Kollege von mir beschrieb dies einmal sehr treffend mit: „Mühsam ernährt sich das Eichhörnchen, aber es ernährt sich“. Ich bin voll positivem Glauben an die Liebe zwischen den Menschen, die gesunde Liebe uns selbst gegenüber und für unsere Kinder. Tolle Klienten überzeugen mich immer wieder davon, dass ich – trotz einiger Anstrengung, die es in den Mediationen seitens der Streitparteien und von uns als Mediatoren bedarf – darin bestärkt sein kann.

➤ **Frage**

Inwieweit können Familienangehörige oder Freunde gut Vermittler sein?

Tina Hentschel:

Wenn Kinder involviert sind, ist meine erste Antwort, zumeist an liebe helfende Großeltern: nein, bitte bleiben Sie neutral, so gut es geht und seien Sie den Kindern eine wichtige Ressource in dieser Situation. Trösten Sie, weinen Sie gemeinsam, erleben Sie Schönes, lenken Sie ab. Seien Sie da im Kummer. Aber bitte werden Sie nicht zur Konfliktpartei, so gut Sie es meinen mögen. – Und das muss sich jeder Freund, jedes Familienmitglied überlegen und hinterfragen, inwieweit man in Konfliktsituationen innerfamiliär wirklich neutral sein und bleiben kann. Denn in der Konfliktdynamik fordern sich beide Ex-Partner zumeist ein, dass Dritte auf ihrer Seite sein sollen. Wenn sie helfen wollen, vermitteln und motivieren Sie ihre konfliktinvolvierten Freunde, ihr Familienmitglied sich Hilfe und Unterstützung durch vollkommen unbeteiligte, professionelle Dritte zu suchen. Unsere Eltern- und Erziehungsberatungsstellen leisten da beispielsweise sachsenweit einen ganz wundervollen und kaum wegzudenkenden fachlichen Beitrag.

➤ **Frage**

Worauf sollte man jedoch achten damit die Freundschaft oder der Familiensegen später darunter nicht leidet?

Tina Hentschel:

So schwer es fällt, meine Erfahrung zeigt: seien Sie für die einzelne Person da, aber seien Sie bemüht, sich tunlichst aus dem Konflikt herauszuhalten und auch nicht instrumentalisieren zu lassen. Verstehen Sie, dass es Fachleute braucht, um ihren Angehörigen oder Freunden aus diesem tiefen Loch zu helfen. Da kann Ihre Unterstützung ansetzen: bei der Suche nach diesen.

➤ **Frage**

Wie wichtig ist es in den Mediationsrunden, dass die betroffenen Paare offen und ehrlich miteinander umgehen?

Tina Hentschel:

Das ist von hoher Bedeutung für die Nachhaltigkeit der Lösungen und für den Weg dahin.

Wenn immer wieder Lügen und Unwahrheiten aufgedeckt werden, die sich durch die Mediation durchtragen oder aber wenn die Vertraulichkeit verletzt wird, weil einer der Medianten immer wieder Dritten gegenüber die Inhalte des Mediations-Weges weiterträgt, dann ist das eine schwierige Grundlage, gute Lösungen zu erreichen und den Weg zu diesen positiv zu gestalten. Das sind Rückschläge. Aber mit diesen Arbeiten wir.

➤ **Frage**

Einer der größten Streitpunkte sind neben dem Geld oder der gemeinsamen Immobilien die Kinder. Warum ist es gerade hier wichtig, eine friedliche Lösung zu finden?

Tina Hentschel:

Wie bereits erwähnt, sind Kinder, die sich diese Eltern, diesen Konflikt, die Lebensumstände nicht ausgesucht haben, zumeist die größten Leidtragenden. Ihr Alltagsleben, manchmal das gesamte Sozialleben, das zu Hause und die Abläufe verändern sich, sie sind mitten in einer Ohnmachts-Situation, auf welche sie kaum bis keinen Einfluss haben. Den Kindern muten wir zu, da mit durch zu müssen. Es gibt Studien nach denen es als erwiesen gilt, dass Kinder, welche ihre Eltern als hochstrittig über den Zeitraum eines Jahres erleben, psychische Erkrankungen erleiden. Diese zeigen sich teils nicht unmittelbar, aber oftmals in der Pubertät, dem eigenen Ich-Erleben und in der eigenen Beziehungsgestaltung.

Kinder lernen vom Rollenerleben Ihrer Eltern, für Paarbeziehungen, zum Austragen von Konflikten. Das ist eine große Motivation, eine freundschaftliche Ebene zum Ex-Partner zu finden. Wir sind Vorbilder oder eben nicht. Vor dieser Entscheidung stehen wir in der Wahl der Art und Weise der Konfliktaustragung. Das bedeutet nicht, dass wir Gefühle verstecken sollen, im Gegenteil, wir dürfen authentisch, aber nicht dramatisch unseren Kindern zeigen, dass wir auch traurig über diese Situation sind. Wir dürfen auch mal gemeinsam weinen, sind Motivator und positiver Impuls zugleich. Auch gebe ich meinen Klienten mit: Sie dürfen den Anderen hassen, die Wand anschreien, mal einen zu viel Trinken – aber nicht vor den Kindern, nicht in Verantwortung für die Kinder direkt um Sie herum.

Als liebende Elternteile muss es uns gelingen – und das zeigen mir Eltern, mit denen ich arbeiten darf immer und immer wieder – im eigenen Schmerz den Fokus auf den Bedürfnissen der Kinder zu behalten.

Je nach Alter und Entwicklungsstand bedürfen Sie unseres großen Schutzes in ihrer Entwicklung. Den Konflikten, ggf. Abwertungen und Beeinflussungen gegen ein anderes Elternteil ausgesetzt zu sein, widersprüchlich und gegensätzliche Meinungen zum eigenen Erleben und eigener Perspektive zu erfahren, erzeugt Angst bei Kindern und starke Unsicherheit. Das sind zwei Faktoren, die psychisch krank machen, was sich auch durch körperliche Symptome, veränderte Verhaltensweisen äußern kann. Jedes Kind reagiert gänzlich anders auf konflikthafte Elternteile und muss dabei gut begleitet werden durch kindgerechtes Erklären der Situation.

Wir dürfen nicht außer Acht lassen, dass manche Trennungen auch als „Befreiungsschlag“ aus einer missbräuchlichen Täter-Opfer-Beziehung heraus erfolgen. Dabei umso mehr: Kinder brauchen professionelle Begleitung und Aufarbeitung des Erlebten. Sie nehmen feinfühlig bereits kleinste Unstimmigkeiten und Verstimmungen wahr, das wird leider noch von vielen Elternteilen zu sehr unterschätzt und im eigenen Schmerz dem jeweils anderen Partner zugeschrieben. Kinder brauchen unseren Schutz und fachliche Begleitung!

➤ **Frage**

Doch nicht nur der Unterhalt für die Kinder auch ein gewisser Vermögens- und Versorgungsausgleich zwischen den Partnern sollte geregelt werden.

Für die Paare, die das nicht in einem Ehevertrag zum Beispiel geregelt haben, kann das für den einen oder anderen existenzbedrohend sein.

Wie können hier gute Lösungen ohne Richterspruch gefunden werden?

Tina Hentschel:

Die Themen und Fragen, welche für den jeweiligen Mediationsteilnehmer wichtig sind, sind ja keine allgemein vorgegebenen, sondern durch diesen eingebracht. Daher beginnt die Mediation mit einer solchen Themensammlung. Das sind für das eine Paar die Immobilien, der Vermögens- und Versorgungsausgleich als große Punkte, ein wiederum anderes Paar hat den Fokus auf Themen wie, wer bekommt das Spielzeug und die Autokindersitze der Kinder, wie sind Umgänge zu regeln, wer übernimmt die Schulden des Hauses, wer zieht aus. Ganz individuell also.

➤ **Frage**

So viele Punkte wurden in einer Mediation fair geregelt. Wie geht es dann bis zum Scheidungstermin weiter?

Tina Hentschel:

Im Falle einer, auch möglichen Teil-Einigung, unterschreiben die Ex-Partner einen Mediationsvertrag. Dieser kann dann in Teilen oder ganz, kommt eben immer individuell auf den Inhalt dessen an, vor einem Notar rechtssicher beglaubigt werden.

➤ **Frage**

Eine wichtige Frage noch, was kostet so ein Mediationsverfahren?

Tina Hentschel:

Die Kosten des Mediationsverfahrens, einschließlich ggf. der Reise- und Übernachtungskosten der Parteien und Mediatoren, werden von den teilnehmenden Ex-Partnern übernommen. Die Abrechnung erfolgt pro Stunde direkt mit den Mediatoren. Der Satz z.B. bei Mediatoren des Mikk e.V.s liegt derzeit bei ca. 100,- bis 130,- € zzgl. der gesetzlichen MwSt. pro Mediator und Stunde. Die Dauer einer Mediation hängt von der Anzahl und dem Eskalationsgrad der zu klärenden Themen sowie von den jeweiligen Rahmenbedingungen ab.

Das schreckt erstmal einige Klienten stark ab. Die Mediation kann aber durch die Teilnehmer an jedem Punkt abgebrochen werden, die Kosten im Blick behalten oder vorab ein erster Sockelbetrag vereinbart werden. Man muss sich jedoch vor Augen halten, dass mit der Mediation eine Regelung zum gegenwärtigen Zeitpunkt gefunden werden kann und die Kosten und die zeitliche Dimension in der Regel erheblich unter den Kosten und dem Zeitaufwand für ein Gerichtsverfahren liegen, weitere Gerichtsverfahren würden ggf. entbehrlich.

Es gibt unter Umständen, z.B. in Kindesentführungsfällen, über Behörden, Organisationen oder bei vereinzelt Rechtsschutzversicherungen die Option, dass die Kostenübernahme beantragt werden kann. Hierzu kann man beim Mediator direkt nochmal nachfragen.

➤ **Frage**

Gibt es auch staatliche Stellen, die eine Mediation anbieten für Paare, die sich das privat nicht leisten können?

Tina Hentschel:

Die staatlichen Stellen bieten keine Mediation im engeren Sinne, aber durch die Familienzentren und Beratungsstellen eine beratende Konfliktvermittlung, oftmals angedockt an die Jugendämter, an. Bei einfachen Problemen kann dies ausreichen, aber bei schwierigen Problemen reicht es meistens nicht aus. Es gibt kein ausreichendes Angebot wirklich oft und zeitnah Gespräche zu führen, zu Zeiten, die auch mal abends oder Wochenends liegen, oftmals lange Wartezeiten. Das Angebot und die Qualität variieren stark in den Kommunen. Deshalb plädieren alle bundesdeutschen Mediationsvereine für eine Mediationskostenhilfe, so wie es auch eine Prozesskostenhilfe gibt. In einigen Staaten dürfen Paare erst zu Gericht, wenn sie vorher eine Mediation durchlaufen haben (USA, Australien) oder zumindest bei einem Mediationsgespräch teilgenommen haben. Unser Recht sieht zwar auch vor, beim Jugendamt es ernsthaft versucht zu haben, in der Praxis ist dies Makulatur. Die Jugendämter sind auch leider nicht ausreichend personell abgesichert, um flächendeckend ein Verfahren qualitativ anzubieten, das dem einer Mediation entspricht. Auch ist die Rolle des Jugendamtes bei einem möglichen familiengerichtlichen Verfahren die eines Beteiligten, der Mediator bleibt hier als Unbeteiligt und neutral außen vor. Das erleichtert die vertrauliche außergerichtliche Lösungsfindung.