

Sie unterbricht den Kreislauf des Streitens

«SKL» steht vor Sandra Kohlers Eingang. Die drei Buchstaben stehen aber nicht für ihre Initialen, sondern für «Streiten, Klären, Lösen». Eine Holzterrasse führt in ein Besprechungszimmer, das schlicht, aber gemütlich eingerichtet ist. Das Parkett und die alte Bauweise sorgen für einen behaglichen Rahmen. Vier bequeme Stühle sind wie vier Punkte auf einem Würfel im Raum platziert. Auf den Tischchen liegen Schreibmaterial und etwas diskreter auch Taschentücher bereit.

Sandra Kohler arbeitete fast 20 Jahre bei verschiedenen Banken und mochte den Kundenkontakt. Doch mit 40 kam die Frage auf, die bei vielen Menschen in jenem Alter aufkommt: «Will ich das bis ans Ende meines Berufslebens tun?» Nein, denn zu viel habe sich im Bankensektor verändert, lautete ihre Schlussfolgerung. Und so absolvierte sie Weiterbildungen zum Coach und zur Mediatorin. «Viele Leute wissen nicht, was Mediation ist», erklärt Kohler und schmunzelt: «Sie sagen oft, dass sie kein esoterisches Zeug möchten.» Mediation hat allerdings nichts mit Meditation zu tun. Vielmehr hilft es bei zwischenmenschlichen Problemen, einen neuen Zugang zu finden. Als Mediatorin oder Coach fungiert die Riehenerin als neutrale Moderatorin und Gesprächspartnerin. Denn oft würden Personen miteinander sprechen, ohne sich jedoch zu verstehen, sagt die studierte Ökonomin.

Auf einer anderen Ebene

Mediation ist auch für Familien zu einem Lösungsansatz geworden, ein Spezialgebiet Sandra Kohlers. Familien wollten zuerst alles unter sich regeln, da man ja schliesslich eine Familie sei. Aber das sei genau das Problem: «Eine Familie hat zwar eine gemeinsame Geschichte, doch jedes Mitglied hat sie



Wenn Menschen nicht mehr miteinander kommunizieren können, bietet Sandra Kohler Hilfe an.

Foto: Fabian Schwarzenbach

anders erlebt.» Im geschützten Rahmen der Mediation kämen die Dinge zur Sprache und damit in Gang. Bei ganz schwierigen Themen sei es hilfreich, so Kohler, wenn jemand Neutrales dabei sei: «Ich kann das Gespräch auf eine andere Ebene lenken, sodass der Kreislauf des Streitens unterbrochen wird.»

Sandra Kohler spricht mit einer ruhigen, besonnenen Stimme und sieht die Dinge völlig unaufgeregt. Die Leute kämen eher zu spät zu ihr, bedauert sie und ergänzt, dass Schweigen keine Probleme löse. Je früher über un gute Gefühle geredet werde, desto einfacher sei es, eine Lösung zu finden. Damit die Riehenerin einen Konflikt begleiten kann, darf sie die Beteiligten nicht kennen. Denn nur so kann sie die Personen unvoreingenommen befragen und Dinge hinterfragen. «Jeder von uns kommuniziert anders, auch wenn er

oder sie vielleicht dasselbe meint», erklärt die Mediatorin und fügt einen wichtigen Punkt an: «Das Kopfkino läuft ständig.» Jede Person meine zu wissen, wie die andere denke. Manchmal reiche eine gewisse Sitzposition des Gegenübers, um dieses Kopfkino zu starten. «Diese Muster versuche ich aufzubrechen und bewusst zu machen», betont Kohler. Dabei flössen auch Tränen oder husche ein Lächeln über die Lippen der Beteiligten.

Vertrauen wiedergewinnen

Doch mit welchen Notlagen befasst sich die Familienmediation? Zum Beispiel mit Problemen im Bereich des Alters oder mit ganz neuen Herausforderungen für Geschwister, die unterschiedliche Auffassungen bei der Pflege der Eltern haben. Weiter suchen Paare mit Fragen zu ihrer Beziehung Sandra

Kohler auf: «Wir möchten zusammenbleiben, aber so geht es nicht weiter», lautet eine typische Ausgangssituation. Auch eine Trennung oder eine Scheidung kann in einer Mediation angegangen werden, vor allem dann, wenn noch Kinder involviert sind und die Partner weiter miteinander kommunizieren müssen. Als Mediatorin befasst sich Kohler nicht inhaltlich mit den Problemen. Ein schmales Kästchen mit der Aufschrift «Betrachte es mal anders» steht kopfüber auf einem der Tischchen: «Ich gebe den Personen die Möglichkeit, auf eine Ebene zu kommen, auf der sie sich wieder vertrauen können.»

Die Riehenerin reist privat gerne, wobei sie nicht ständig auf Achse ist, sondern ihre Reisen gewissenhaft plant. Sie habe sich kurz einmal überlegt, ein Reisebüro zu eröffnen, das auf Individualreisen spezialisiert sei, habe die Idee allerdings wieder verworfen, sagt sie. So bleibt das Reisen ein Hobby, zu dem auch aufwendig gestaltete und informative Fotobücher gehören. Sie ist in Riehen aufgewachsen und geblieben, denn für sie «stimmt die Wohnqualität im Grünen».

Beim Coaching, das Kohler ebenfalls anbietet, geht es meist um private oder berufliche Veränderungen einer Einzelperson. Sie gibt keine Ratschläge, «da ich ja nicht weiss, was wichtig für mein Gegenüber ist – ich frage nur». Diese Fragen stellt sie aber anders, sie sind vielleicht sogar ungewohnt, aber sie lösen Prozesse aus und geben Denkanregungen. «Es ist kein Scheitern, wenn man mit jemand Neutralem wie mir über eine Situation redet, die belastet.» Die Mediatorin betont schliesslich, wie wichtig für sie Diskretion sei. Für all jene, welche die Holzterrasse zum Besprechungszimmer hinaufsteigen, kein zu vernachlässigendes Detail.

Fabian Schwarzenbach