

## Elder Mediation

### Konflikte und deren Lösung rund um die Lebensgestaltung im Alter

HEINER KRABBE

**DER BLICK AUF DAS ALTER** als einer Zeit der Entwicklung des Menschen schafft neue Räume für die älteren Menschen und damit zugleich für die Einsatzmöglichkeiten von Mediation. Als Elder Mediation ist sie in einigen Lebensbereichen von älteren Menschen bereits entwickelt und erprobt worden.

### A. Einführung

Die demographischen Veränderungen haben in Deutschland dazu geführt, dass inzwischen 24 Prozent der Bevölkerung über 60 Jahre alt sind. Die heute 60-jährigen Frauen haben eine weitere Lebenserwartung von 23/24 Jahren und die heute 60-jährigen Männer von 19/20 Jahren. Die Lebenserwartungen umfassen also mindestens ein Drittel der Lebenszeit eines Erwachsenen.<sup>1</sup>

In den letzten Jahren zeigt sich eine Zunahme an Wünschen zumindest auf Seiten der „Jüngeren Älteren“ nach professioneller Unterstützung, sei es Beratung, Psychotherapie oder Mediation. Die jetzt älter werdende Generation scheint nicht mehr so große Vorbehalte zu haben gegenüber diesen Hilfen, insbesondere gegenüber einem Aushandeln. Gerade die Möglichkeit, Vereinbarungen zur gegenwärtigen oder zukünftigen Lebenssituation treffen zu können, führt viele ältere Menschen in die Mediation.

Auf Seiten des Mediators setzen diese Anfragen notwendige Grundkenntnisse voraus. Neben profunden Kenntnissen zu Mediationsstufen, -methoden und –techniken muss der Mediator über Grundkenntnisse der Entwicklungsaufgaben im Alter verfügen. Darüber hinaus benötigt er Fachkenntnisse zu den biologischen Grundlagen des Alterns, zu Erkrankungen, Hilfen, Vorsorge, Pflege, Wohnformen. Schließlich muss er zeitgeschichtlich mitdenken können, um aktuell zu verhandelnde Themen aus ihrem geschichtlichen Kontext besser verstehen und regeln zu können.

### B. Entwicklungspsychologie des Alters

Die Lebenszeit eines Menschen kann als eine Kombination aus vielen vergangenen und zukünftigen Elementen verstanden werden, die in ständiger Interaktion mit der Gegenwart stehen.<sup>2</sup> Das gilt zu jedem Zeitpunkt im Leben eines Menschen. Auch alte Menschen stehen vor neuen Entwicklungsaufgaben, befinden sich in Entwicklungskonflikten, denen sie sich stellen müssen, die neu ausgehandelt werden müssen, soll die zukünftige, verbleibende Zeit einen Sinn haben. Auch im Alter ist somit der Mensch mit Anforderungen konfrontiert, denen er zuvor nicht begegnet ist.<sup>3</sup>

Die Entwicklungspsychologie einer Lebensspanne beschäftigt sich mit den Anforderungen, die der Mensch in einem bestimmten Abschnitt seines Lebens jeweils zu bewältigen hat. Entwicklungsaufgaben sind somit jene

---

1 Peters, Klinische Entwicklungspsychologie des Alters, Göttingen 2004, S. 11.

2 Quinodod, Altwerden, Eine Entdeckungsreise, Gießen 2012, S. 15.

3 Peters, s.o. Fn 1, S. 94.

Aufgaben, die in einer bestimmten Lebensperiode eines Individuums hervortreten und zum Gelingen späterer Aufgaben führt, während ein Misslingen zur Unzufriedenheit im Individuum, zur Missbilligung durch die Gesellschaft und zu Schwierigkeiten bei späteren Aufgaben führt.<sup>4</sup> Eine entwicklungspsychologische Betrachtung hebt auf die lebensgeschichtlich sich konstituierende enge zeitliche Verknüpfung von Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft ab. Diese drei Zeitebenen stehen stets in einem komplexen Wechselverhältnis zueinander.<sup>5</sup>

Wie sehen nun die Entwicklungsaufgaben für ältere Menschen im Konkreten aus und in wieweit können sie von den älteren Menschen im Rahmen von Mediation angeeignet werden?

Das Leben im Alter spielt sich in weniger formal organisierten Strukturen ab, der Status älterer Menschen ist wenig definiert, die Rollenverteilung nicht klar abgegrenzt. Es handelt sich um Probleme mit widersprüchlichen Zielen, für die es nur relative, nicht eindeutige Lösungen gibt. Das Alter erfordert daher ein hohes Maß an Ambiguitätstoleranz und konfrontiert mit der Aufgabe, immer wieder erneut ein inneres Gleichgewicht herstellen zu müssen.

Elder Mediation knüpft an die gegenwärtigen Anforderungen des Alters an<sup>6</sup> und gibt den älteren Menschen die Möglichkeit, Struktur in ihrer Gegenwart zu schaffen. Es werden eigene Gestaltungsmöglichkeiten entwickelt und aufgebaut, um eine individuelle Form der Anpassung an die Erfordernisse der Gegenwart zu finden und zu vereinbaren.

In der Praxis der „Elder Mediation“ spielen die konkreten Konflikte und Entwicklungsaufgaben des Alters eine Rolle. Sie beziehen sich auf:

- > Die Auseinandersetzung mit der Gestaltung von Beziehungen, der Gestaltung von Kontakten (Paar, Familien, Kinder, Enkelkinder, Geschwister, Nachbarn).
- > Die Auseinandersetzung mit Altersabbau, Krankheit und Tod (Morbilität, Arztbesuche, Pflege, Krankheit, Erbstreitigkeiten, Finanzen, Testament).
- > Die Auseinandersetzung mit dinglich-räumlicher und materieller Lebenswelt (Wohnen, Umzug, Hausverkauf, Altenheim, Pflegeheim).
- > Die Auseinandersetzung mit Konflikten im späten Berufsleben (jüngere Kollegen/Vorgesetzte, Berentung, Wechsel in den Ruhestand).

### **C. Felder der Elder Mediation – Entwicklungsaufgaben im Alter**

Im Folgenden soll der Einsatz von Mediation im Alter näher beschrieben werden. Schwerpunktmäßig werden dabei zwei Anwendungsbereiche näher vorgestellt und anhand Praxisbeispielen veranschaulicht: (I.) Mediation bei der Gestaltung von Beziehungen im Alter sowie (II.) Mediation bei Auseinandersetzungen mit Altersabbau, Krankheit und Gebrechlichkeit. Daran schließen sich kurze Skizzen zum Einsatz von Elder Mediation bei weiteren Entwicklungsaufgaben im Alter an (III.).

---

4 Havighurst, Development Tasks and Education, New York 1972, S. 2.

5 Küchenhof, Hrsg., Erinnerung und Neubeginn, Gießen 2002, S. 224-239.

6 Peters, s.o. Fn 1, S. 97.

## I. Elder Mediation bei der Gestaltung von Beziehungen älterer Menschen

Mit dem Wegfall beruflicher und anderer gesellschaftlicher Rollen konzentriert sich das Leben älterer Menschen mehr auf den Bereich sozialer Beziehungen. Der ältere Mensch ist auf die Einbindung in soziale Beziehungen angewiesen. Dabei ist weniger die Anzahl der Personen, zu denen Kontakt besteht, von Bedeutung, als vielmehr das Gefühl, zu mindestens einer Person Vertrauen zu haben, sich auf diese verlassen zu können. Der ältere Mensch, der auf eine bevölkerte Biographie<sup>7</sup> zurückblickt, wird eher zu mehreren Personen einen engeren Kontakt aufrecht zu erhalten versuchen. Die Entwicklungsaufgabe des älteren Menschen kann somit darin gesehen werden, vertrauensvolle Beziehungen herzustellen und zu pflegen und dabei eine ihm angemessene Balance von Intimität und Abstand, von Bezogenheit und Rückzug zu beachten.

Die Beziehungsstrukturen im höheren Lebensalter lassen sich auf zwei Achsen beschreiben, auf einer vertikalen und einer horizontalen. Diese Achsen beschreiben die inter- und intragenerativen Beziehungen des alternden Menschen.

Die horizontale Achse bezieht sich auf dem einen Pol auf die Partnerbeziehung, auf dem anderen auf die Beziehung zu Gleichaltrigen (Geschwister, Freunde).

Die vertikale Achse erfasst auf dem einen Pol die Beziehungen zu den betagten oder bereits verstorbenen Eltern, auf dem anderen Pol die zu den eigenen erwachsenen Kindern und Enkelkindern.

Als Entwicklungstrend kann im höheren Lebensalter eine Verschiebung auf den Achsen konstatiert werden: Der Auszug der Kinder und der Tod der betagten Eltern bewirken eine Verschiebung hin auf die horizontale Achse, wobei vor allem auch Gleichaltrigen-Beziehungen von Bedeutung sind. Die Entwicklungsaufgabe verlangt somit eine innere Verschiebung, die einen Besetzungsabzug einerseits und die Neubesetzung der sozialen Bezüge andererseits einschließt.<sup>8</sup>

Elder Mediation kann sowohl für Konflikte auf der horizontalen als auch auf der vertikalen Achse der sozialen Bezüge älterer Menschen eingesetzt werden. Beispielhaft für die horizontale Achse sei im Folgenden die Mediation mit älteren Paaren aufgeführt.

Ehepaare haben nach Beendigung der aktiven Elternschaft durchschnittlich weitere 20 bis 30 Jahre, die sie gemeinsam verbringen werden. Sie sind mit der Entwicklungsaufgabe konfrontiert, sich erneut auf eine dynamische Beziehung einzulassen und diese neu zu strukturieren.

Paare fragen erst nach professioneller Hilfe, wenn sich ihre Lebenssituation massiv zugespitzt hat. Dabei geht es ihnen nicht so sehr um den Bestand der Ehe, als vielmehr um konkret zu lösende Konflikte innerhalb der Beziehung, die sich belastend auswirken. Paare berichten in diesem Zusammenhang dann von Dauerstreitigkeiten zwischen ihnen, die sie allein nicht mehr lösen können. Beispielhaft seien Konflikt-Anlässe von Paaren aufgezählt:

- > Neuaufteilung von Aufgaben (Haushalt, Wäsche)
- > Gemeinsame Zeit/gemeinsamer Raum – alleinige Zeit/Raum (eigenes Zimmer, gemeinsame Reisen)
- > Soziale Kontakte (unsere Kinder, meine Eltern, unsere Enkelkinder)

7 Mathews, Definition of Friendship and their Consequences in Old Age, Aging and Society 1983, 3, 141-156.

8 Peters, s.o. Fn 1, S. 171 f.

- > Finanzen (Schulden, Haushaltsgeld)
- > Außenbeziehungen (Freundin)
- > Bedürfnisse nach Austausch, Zärtlichkeit, Sexualität (mehr Nähe)
- > Krankheit, Gebrechlichkeit, Pflegebedürftigkeit (Erkrankung meines Partners)
- > Wohnsituation (Wechsel ins Altenheim)

Bei diesen konkreten Konfliktanlässen erscheint den Paaren eine Veränderung dringend geboten zu sein. Der Wunsch an die Mediation besteht darin, diese konkreten Anlässe neu zu regeln, um die Ehe nicht zu gefährden. Ältere Paare nennen somit ganz spezifische Themen und Probleme, seltener den Wunsch, ihre Beziehung zu klären. Mit den in der Mediation getroffenen Vereinbarungen kommen weitere Themen in den Blick. Diese werden von den Eheleuten dann oft eigenständig ausgehandelt.

In der Arbeit mit älteren Paaren kommen im Verlauf des Gesprächs stets alte Verletzungen, alte Streitigkeiten, nicht bewältigte Aufgaben aus der Vergangenheit hoch. Sie sollten in der Mediation ihren Platz haben; nicht so sehr, um Vergangenes nochmals aufzuarbeiten, sondern um die Schilderungen der alten Konflikte neu in den Zusammenhang zu den aktuellen Konflikten zu stellen. Sie können für die Verhandlungslösung in der Gegenwart genutzt werden.

Die Ausführungen zur Mediation mit älteren Paaren sollen an einem Beispielfall näher erläutert und veranschaulicht werden.

#### *Fallbeispiel „Mediation mit älteren Paaren“*

Herr G (Informatiker, 69 J.) und Frau G (Grundschullehrerin, 67 J.) melden sich auf Empfehlung ihrer Tochter in der Praxis an. Beide schildern Dauerstreitigkeiten im täglichen Zusammenleben, so um die Vorträge des Mannes, um die Freundinnen der Frau. Sie sind seit 30 Jahren verheiratet, ihre beiden Töchter leben in der Nähe mit ihren eigenen Familien.

Frau G hatte vor 3 Jahren bereits eine Paartherapie vorgeschlagen, die Herr G jedoch abgelehnt hatte. Herr G war vor 4 Jahren aus dem Betrieb ausgeschieden, hatte auf privater Basis weiterhin Vorträge gehalten, Weiterbildungen, Seminare durchgeführt sowie die Herausgabe eines Fachbuches übernommen. Frau G war vor 3 Jahren in Pension gegangen; sie fühlte sich zum Schluss in der Arbeit mit den jungen Schülern überfordert und freute sich auf die gemeinsame Zeit als Paar. In den zurückliegenden Monaten waren die Dauerstreitigkeiten so weit eskaliert, dass sich Herr G bereit erklärte, mit professioneller Hilfe die Konflikte zu lösen. Allerdings wollte er keine Beziehungsklärung, sondern mit seiner Frau das Zusammenleben neu verhandeln. Beide Seiten betonten, dass sie in ihrem Alter keine Trennung wollen. Es soll geregelt werden, wie es mit ihrer Ehe weitergehe.

#### *1. Stufe: Einführung und Kontrakt*

Der ersten Stufe kommt in der Mediation mit älteren Paaren eine besondere Bedeutung zu.

Zuallererst geht es um die Klärung der Indikation von Mediation in Abgrenzung zur Paar-Therapie. In der Paar-Mediation geht es primär um die Verhandlung konkreter, aktueller Themen in der Beziehung, nicht jedoch um eine Klärung der Beziehung selbst. Ziel der Paar-Mediation ist die verbindliche Vereinbarung strittiger Punkte in der Partnerschaft, nicht die Intensivierung der Liebesbeziehung. Eine Regelung strittiger Punkte in einer Vereinbarung hat gleichwohl indirekt Einfluss auf die Qualität der Liebesbeziehung eines Paares.

So wollte Herr G lediglich die Streitpunkte in der Ehe mit seiner Frau neu verhandeln, um „Ruhe in der Ehe zu bekommen“; eine Beziehungsklärung nach über 30 J. Ehezeit hielt er für nicht angebracht. Frau G erklärte sich mit einer Vermittlung in strittigen Punkten einverstanden, auch wenn sie lieber mit ihrem Mann über die Beziehung, die Gefühle zueinander, über alte Verletzungen gesprochen hätte.

Auf der ersten Stufe muss zudem die Vertraulichkeit der Mediation ausdrücklich besprochen und zugesichert werden. Gerade ältere Paare benötigen bei ihrem „ungewöhnlichen“ Schritt in die Mediation die Sicherheit, dass der intime Gesprächsrahmen nach innen und nach außen gewahrt wird.

So wollten beide Eheleute die Sicherheit haben, dass über den Inhalt ihrer Gespräche auch die beiden Töchter nichts erfahren.

Schließlich muss der Zeitrahmen der Mediation mit dem Paar besprochen werden. Dies gilt auch für die Anzahl an Sitzungen. Ältere Paare wünschen zeitlich überschaubare Lösungen, kurzfristige, inhaltlich begrenzte Vereinbarungen. Die gegenwärtigen Lebensumstände stehen im Vordergrund, die eine Veränderung und Neuvereinbarung dringend erforderlich machen.

Herr und Frau G stimmten drei Sitzungen von jeweils 2 Stunden zu.

### *2. Stufe: Themensammlung*

Bei der Sammlung der Themen ist es den Paaren bisweilen peinlich, ihre Streitpunkte offenzulegen. Zum einen erscheinen ihnen diese als zu oberflächlich und zu alltäglich, zum anderen passen die genannten Themen nicht ins Bild eines „reifen alten Menschen“. So ist oft eine gewisse Scham bei der Sammlung der Themen zu spüren. Hier sollte der Mediator die Parteien ausdrücklich ermuntern, alle Themen zu nennen, indem er normalisiert und im besonderen Maße Wertschätzung für jede Seite aufbringt.

So war es beiden Eheleuten peinlich, Themen wie Aufräumen der Küche, Wäsche, Einkauf, Einkaufszettel zu benennen.

### *3. Stufe: Interessen*

Die Stufe der Interessen scheint die entscheidende Stufe in der Mediation mit älteren Paaren zu sein. Bereits bei der Themensammlung kann es zu ersten heftigen Gefühlsausbrüchen kommen. Die Erarbeitung der Interessen ist stets von hohen Emotionen begleitet: alte Verletzungen, alte Vorwürfe, zurückliegende Ereignisse in der Ehe kommen an die Oberfläche und werden sehr emotional geschildert. Obwohl die Parteien in der Mediation gerade nicht über ihre Vergangenheit reden wollen, werden sie doch von ihr eingeholt. Auch in der Mediation sind Erinnerungen unvermeidlich. Sie sind sogar notwendig, geht es doch für die Partner darum, die eigene innere Geschichte in der Gegenwart nachzuzeichnen. Hier kann der Mediator jeder Partei dabei helfen, die Erinnerungen an alte Verletzungen als Zeichen ihrer aktuellen Belastungssituation zu deuten und in Form aktueller Interessen für eine zukünftige Regelung neu zu verankern. Zudem geben die gezeigten Emotionen deutlich Hinweise auf die hinter den Themen liegenden Interessen. Es erscheint notwendig, auf der Basis der gezeigten Emotionen die Interessen jeder Partei durch mehrmaliges Nachfragen herauszuarbeiten. Der Blick von den Emotionen aus der Vergangenheit zu den damit angezeigten aktuellen Interessen holt die Partei in den Mediationsprozess zurück.

Vor dem Hintergrund von Projektion und Kollusion ist der Verstehensprozess auf der Stufe der Interessen sehr sorgfältig zu organisieren. Statt Anschuldigungen Platz zu geben, sollte der Mediator jede Seite darin unterstützen, den Blick auf die eigene Seite, den eigenen Anteil zu werfen (Selbstbehauptung). Bei älteren Paaren hat sich oft ein Dauerstreit entwickelt, der in einem festen Muster ausgetragen wird. Jede Seite attribuiert das Problem auf die jeweils andere Seite und sieht auch dort die Verantwortung für die Lösung des Konfliktthemas. Erst wenn wieder Verantwortung für die eigene Seite übernommen werden kann, die eigenen aktuellen Interessen, Bedürfnisse wieder auf dem Flipchart notiert sind, lockert sich das Streitmuster. Ebenso viel Zeit benötigt der Verstehensprozess bezogen auf die jeweils andere Seite. Statt den Partner vorab zu verurteilen, fordert der Mediator jede Seite mehrfach auf nachzuvollziehen, welche Interessen die andere Seite hat. Dies ist bisweilen außerordentlich schwierig, bedeutet dieser Verstehensprozess doch ein Abrücken von eigenen Vorurteilen und stattdessen eine Beschäftigung mit der inneren Geschichte des Partners. Bisweilen benötigt dieser Verstehensprozess der eigenen und der anderen Seite in der Mediation mit älteren Paaren sehr viel Zeit. Sie ist jedoch notwendig, um aus den gewohnten Paar-Mustern herauszukommen und eine neue Basis für Verhandlungen zu schaffen.

Bisweilen kommen Paare nach diesem Verstehensprozess zu dem Entschluss, die weiteren Schritte ohne Mediator fortzusetzen und die offenen Themen allein in die Hand zu nehmen. Dies sollte der Mediator als eine gute Entwicklung werten.

Bei Herr und Frau G kam es auf der Stufe zu heftigen Vorwürfen und Anklagen mit der ‚Drohung, die Gespräche abzubrechen. Erst als die Interessen jeder Seite auf dem Flipchart notiert waren, beruhigte sich das Paar. Sehr ausführlich wurde jedes Interesse von der anderen Seite nachvollzogen, mehrmals nachgefragt und nochmals erklärt, bis die andere Seite die notierten Interessen verstanden hatte. Die Sitzung auf dieser Stufe benötigte insgesamt 2 Stunden.

#### *4. Stufe: Optionen*

Auf dieser Stufe ist der Blick in die weitere Zukunft für das Paar befreiend. Nach anfänglichem Zögern führt dies bisweilen zu neuen, den Partner überraschende Ideen; mitunter tauchen heimliche alte Wünsche auf, die angesichts der noch verbleibenden Lebenszeit doch noch realisiert werden könnten. Zum Teil stellen die genannten Optionen bereits erste Verhandlungsangebote an die andere Seite dar. Der Mediator sollte darauf vertrauen, dass ältere Paare im Laufe ihrer Ehezeit genügend Erfahrungen angesammelt haben, die ihnen bei der Entwicklung von Ideen hilfreich sind.

Herr und Frau G entwickelten nach zögerlichem Beginn mit Blick auf die Interessen jeweils für die andere Seite überraschende Ideen: So hatte Frau G die Idee, gemeinsam das Fußballstadion zu besuchen; Herr G schlug einen gemeinsamen Yoga-Kurs vor.

#### *5. Stufe: Verhandeln*

Diese Stufe benötigt i. d. R. nur eine kurze Erläuterung des Mediators; die älteren Paare sind auf dieser Stufe sehr motiviert, ihre aktuelle Situation jetzt selbst zu regeln. Bisweilen verfallen sie dabei nochmals ins vertraute Streitmuster. Hier kann der Mediator helfen, zunächst wieder auf die eigene Seite zu schauen, eigene Verhandlungsangebote zu nennen und sich dann erst mit denen der anderen Seite zu beschäftigen.

Zum Teil wird auch diese Stufe von den Parteien bereits ohne Mediator umgesetzt. Die erarbeiteten Optionen waren dann eine hinreichende Basis, um zuhause eigene Verhandlungen zu führen.

Herr und Frau G konnten sich auf der Basis der gesammelten Optionen gut auf Verhandlungen einlassen. Der Mediator achtete darauf, dass jede Seite eigene Angebote an die andere Seite entwickeln musste, bevor sie auf die der anderen Seite eingingen. Die lange Vertrautheit half, schnell Regelungen miteinander auszuhandeln.

#### 6. Stufe: Vereinbaren

Die in der Mediation getroffenen Regelungen sollten vom Mediator für jeden Ehepartner schriftlich protokolliert und anschließend zugesandt werden. Ältere Menschen können sich oft nicht mehr an alle Details erinnern. Es ist für sie hilfreich, auf eine schriftlich vorliegende Vereinbarung zurückgreifen zu können. Dies gibt dem Paar eine zusätzliche Sicherheit.

In der Regel wünschen Paare ein schriftliches Protokoll ihrer getroffenen Vereinbarungen. Es geht dabei aber nicht so sehr um einen juristisch einklagbaren Vertrag. Insoweit stößt die Frage nach der Rechtsverbindlichkeit der Vereinbarung bei älteren Paaren bisweilen auf Erstaunen. Sie sollte dennoch gestellt werden, aus Gründen der Anregung an das Paar und auch aus formalen Gründen.

Das schriftliche Protokoll der Vereinbarung hat für das Paar eine doppelte Funktion: Es hält die aktuell getroffenen Vereinbarungen fest und steht sogleich symbolisch für die Fähigkeit des Paares, Konflikte miteinander lösen zu können; dies gibt beiden Seiten Sicherheit für ihre weitere Zukunft als Paar.

Herr und Frau G wünschten ein schriftliches Protokoll ihrer Vereinbarungen und die Möglichkeit, bei möglichen Konflikten in der Zukunft wieder eine Mediation in Anspruch nehmen zu können. Zusätzlich wurde die Möglichkeit der Überprüfung mit dem Mediator vereinbart.

## II. Elder Mediation bei Auseinandersetzungen mit Altersabbau, Krankheit und Gebrechlichkeit

Die Verlängerung des Lebenslaufs hat zur Folge, dass oft vier oder fünf Generationen gleichzeitig leben. Die jungen Alten haben alte Eltern. Oft nähern sich die Generationen neu an, wenn die betagten Eltern zu den Kindern oder in deren Nähe ziehen.<sup>9</sup> Die jungen Alten müssen feststellen, dass ihre Eltern zusehends auf ihre Hilfe angewiesen sind. Auf dem Hintergrund dieser Erkenntnis durchläuft die Beziehung zu den Eltern noch einmal eine neue Phase, die die Kindheit spätestens zu diesem Zeitpunkt beendet. Zum ersten Mal nimmt man die Eltern als Individuen mit eigenen Lebensgeschichten wahr, einer Lebensgeschichte, die nur zum Teil mit der Person des Kindes etwas zu tun hat. Gleichzeitig beginnt bei den jungen Alten die Auseinandersetzung mit dem eigenen Alterungsprozess und der Endlichkeit des Lebens.

Ausgehend von der Erkenntnis einer gegenseitigen Abhängigkeit, kann es zu einer Wiederannäherung zwischen den beiden Generationen, den „Kindern“ und „Eltern“ kommen.

---

9 Peters, s.o. Fn 1, S. 189.

Dennoch ist die Beziehung zu den alten Eltern mit Belastungen verbunden, insbesondere dann, wenn die alten Eltern hilfs- und pflegebedürftig sind und die „Kinder“ mit neuen Aufgaben und zusätzlicher Verantwortung konfrontiert sind.

Körperliche und kognitive Abbauprozesse als Ausdruck des biologischen Alterns vollziehen sich unvermeidlich, sie machen das Alter zum unabwendbaren Schicksal, das jeden erreicht, wenn auch zu unterschiedlichen Zeitpunkten und in unterschiedlicher Geschwindigkeit.<sup>10</sup>

In der Mediation geht es dann um Verhandlungen über den Umgang mit körperlicher Krankheit und Gebrechlichkeit, um kognitive Einbußen und Demenz, um Hilfs- und Pflegebedürftigkeit. Gebrechlichkeit und Hilfsbedürftigkeit führen dazu, dass Unterstützung und Pflege, sei es in privater familiärer oder in professioneller Form, geregelt werden müssen. Dies wird in der Mediation zwischen den Eltern, zwischen Eltern und Kindern oder zwischen den Kindern verhandelt und vereinbart.

Die soll an einem weiteren Fallbeispiel von Elder Mediation näher beschrieben werden.

#### *Fallbeispiel „Mediation mit betagten Eltern“*

Frau K (Krankenschwester, 58 Jahre) fragt nach der Möglichkeit einer Mediation. Ihre Mutter, Frau D, sei 84 Jahre alt, lebe allein in einer 2-Zimmer-Wohnung in der Nähe und könne sich nicht mehr zuverlässig versorgen. Ihr Vater sei bereits vor 5 Jahren verstorben. Ihre Mutter beziehe eine eigene Rente und die Witwenrente ihres Mannes. Frau K berichtete von ihrem Bruder, Herrn D, Lehrer, 63 Jahre alt; er befinde sich im vorzeitigen Ruhestand und lebe mit seiner Frau zusammen. Der gemeinsame Sohn sei bereits ausgezogen. Frau K selbst sei geschieden, habe zwei Töchter, die sich noch im Studium befänden. Nach der letzten Aufregung, bei der ihre Mutter die Gasflamme ihres Herdes tagsüber habe brennen lassen, habe sie mit ihrer Mutter und ihrem Bruder gesprochen. In der Frage, wie es mit der Mutter weitergehen soll, habe sie auf Empfehlung einer Freundin mit ihrem Bruder über die Möglichkeit einer Mediation gesprochen. Auch ihre Mutter sei bereit, an einer Mediation teilzunehmen, wolle jedoch nicht in ein Heim wechseln.

#### *1. Stufe: Einführung und Kontrakt*

In der Mediation mit älteren Menschen kommt der Mediator mit Menschen in Kontakt, die bereits über eine große Lebenserfahrung verfügen, zahlreiche Konflikte in ihrem Leben bewältigen mussten. Daher prüfen sie in der ersten Begegnung den Mediator dahin, ob sie sich ihm anvertrauen können, ob er ihrem Konflikt gewachsen ist, ob er dazu in der Lage ist, sie durch den Gesprächsprozess zu führen. Bereits die ersten Momente des Kontakts entscheiden darüber, ob die älteren Menschen sich auf eine Mediation einlassen. In der Mediation ist es an dieser Stelle wichtig, in respektvoller Haltung den Gesprächsprozess zu führen. So werden bei der Information über die Mediation insbesondere die Aspekte der Eigenverantwortlichkeit und der Ergebnisoffenheit betont. Zudem wird die Möglichkeit von Pausen auf Wunsch der Parteien erörtert.

Frau D war es wichtig, dass in der Mediation ihre Selbstbestimmtheit respektiert werde. Herr D wollte eine mögliche Vereinbarung vorher mit seiner Frau abstimmen; Frau K wollte in der Pause mit ihren beiden Töchtern Rücksprache halten.

---

10 Peters, s.o. Fn 1, S. 226.



## *2. Stufe: Themensammlung*

In dieser Stufe fällt es den Parteien leicht, offene Regelungspunkte zu nennen. Oft haben sich neben dem konkreten Konfliktanlass im Laufe der zurückliegenden Zeit zahlreiche weitere ungeklärte Themen angesammelt.

So wollte Frau D über Alternativen zum Heim, Kontakt zu meinen Kindern und Enkelkindern, Pflegebedarf, Patientenverfügung, Betreuung reden. Frau K nannte als Themen Umgang mit Pflegebedürftigkeit, Alltagshilfen, Arztbesuche, Finanzierung, Notfallversorgung. Herr D wollte über Gefahren, Urlaub, Geld sowie Betreuungsverfügung/Vorsorgevollmacht/Kontovollmacht verhandeln.

## *3. Stufe: Interessen*

Auf dieser Stufe muss der Mediator Zeitgeschichtliches mitdenken können. Erinnerungen bekommen im Alter eine zunehmende Bedeutung. Auf dieser Stufe kann es vorkommen, dass alte Verletzungen, belastende Erinnerungen bei allen älteren Familienmitgliedern auftauchen. Hier sollte der Mediator genügend Raum für jede Partei anbieten. Das Aufbrechen von Erinnerungen auf dieser Stufe scheint notwendig zu sein, um zum einen die Selbstbehauptung jeder Partei stärken zu können und zum anderen einen neuen Prozess gegenseitigen Verstehens in der Gegenwart verankern zu können.

So wurde deutlich, dass Frau D ihre Selbständigkeit und Selbstverantwortung gewahrt haben wollte. Frau K hatte ein Interesse, die Verantwortung für ihre Mutter zukünftig nicht allein zu haben, sondern mit den anderen Familienmitgliedern zu teilen, um auch Raum für ihr eigenes Leben zu haben. Herr D hatte einerseits ein Interesse am Wohlergehen der Mutter, andererseits den Wunsch, dass genügend Zeit, Kraft und Geld für seine eigene Familie erhalten bleiben soll. Zwischen den Geschwistern brachen erneut alte Rivalitäten hervor, Frau D erinnerte sich an ihre schöne Zeit mit ihrem verstorbenen Mann.

## *4. Stufe: Optionen*

Auf dieser Stufe sollte Hintergrundwissen zum Älterwerden bei den Parteien und auch beim Mediator vorhanden sein. Dies bezieht sich u.a. auf Mehr-Generationen-Familien, Wohnformen, professionelle Helfer, Pflegemöglichkeiten und Vorsorgeformen. Bei hinreichendem Fachwissen fällt es den Parteien oft leicht, mit dem Blick auf die nähere Zukunft neue Ideen zu entwickeln. Bisweilen werden alte Familienbündnisse aufgekündigt und neue entwickelt.

So nannte Frau D u.a. als Ideen: Essen auf Rädern, Putzfrau einstellen, Notrufpieper, eins der Kinder zieht ins Nachbarhaus, betreutes Wohnen ausbauen. Herr D hatte u.a. die Idee eines Rettungshundes, dass ein „Zivi“ sich um die Mutter kümmere, die Finanzen neu geregelt würden und er regelmäßig für die Mutter Großeinkäufe erledige. Frau K nannte u.a. einen Pflegedienst zu beauftragen, der Bruder und sie schauten täglich einmal vorbei, einen Notrufknopf und einen Schlüssel für Dritte, eine Polin ins Haus zu holen, Altenwohnungen anzuschauen, einen automatischen Herd und Nachbarn einzubeziehen.

## *5. Stufe: Fairness und Gerechtigkeit*

Bei einer Mediation mit mehreren Generationen hat es sich als sinnvoll erwiesen, die Parteien zu bitten, ihre eigenen Maßstäbe für Fairness und Gerechtigkeit erarbeiten zu lassen. Gerade bei der gegenseitigen Unterstützung der Generationen in der Familie geht es um einen gerechten Transfer in materieller Hinsicht (Finanzen, Saubermachen etc.) und in immaterieller Hinsicht (Emotionen, Kognitionen etc.).

So war für Frau D eine Vereinbarung dann gerecht, wenn ihre Selbstbestimmung gewahrt bleibt und die Interessen aller drei Generationen berücksichtigt werden. Für Herrn D war ein Maßstab für Fairness und Gerechtigkeit, dass seine Ehe weiterhin genügend Raum erhalte. Frau K nannte u.a. die Vereinbarung für fair, wenn die Belastungen unter den Geschwistern und den Enkelkindern gleich verteilt werden.

#### *6. Stufe: Verhandeln*

Beim Verhandeln mit älteren Menschen sollte vom Mediator die Möglichkeit aktueller, kurzfristiger Regelungen in den Vordergrund gerückt werden. Zudem sollte er auf die Überprüfbarkeit und Veränderbarkeit der Vereinbarungen achten. Neben dem fokussierten Blick auf die Vereinbarung zur aktuellen Gegenwart, nahen Zukunft, sollte die Stufe des Verhandeln als eine Chance für die Beteiligten betrachtet werden, das Verhandeln selbst zu lernen, um es als geeignetes Muster für zukünftige weitere Veränderungen einsetzen zu können. Insoweit sollte der Mediator das Vorgehen auf der Stufe des Verhandeln prophylaktisch, i.S. eines Verhandlungsmanagements, den Parteien ausführlich erklären und einüben. Auf dieser Stufe hat sich bei älteren Menschen das Optionale Angebotsverhandeln als günstig erwiesen, gestattet diese Form des Verhandeln, materielle und immaterielle Werte miteinander zu verbinden.

Frau D, Herr D und Frau K wollten die genannten Ideen sogleich vereinbaren. Der Mediator erklärte ihnen zunächst das Verfahren des Verhandeln, was die Parteien ungewöhnlich fanden, waren sie es doch bisher gewohnt, intuitiv miteinander die Vereinbarungen zu treffen. Dennoch ließen sie sich nach dem Hinweis des Mediators, dass sie auch zukünftig, nach der Mediation, weitere Themen würden verhandeln wollen, darauf ein, den jeweils anderen Parteien Angebote zu nennen, die dann miteinander verglichen und vereinbart wurden. Sie vereinbarten kurzfristig, dass sich Frau D zu Weihnachten bei Frau K und über Sylvester bei Herrn D aufhalte und dort feiere. Dann sollte die Wohnung von Frau D umgestaltet werden i.S. größerer Sicherheit (u.a. Installation eines Notrufs, ein Zwischenstecker sollte besorgt werden, ein neuer Herd und ein Pieper soll angeschafft werden). Frau K besorgt innerhalb des nächsten Monats eine Haushaltshilfe und erkundigt sich über die Möglichkeiten „einer Polin im Haus“. Es sollte ein gemeinsames Gespräch mit Frau D und Herrn D beim Arzt über eine Patientenverfügung stattfinden. Die Enkel erklärten sich bereit, jeweils zweimal pro Woche Frau D zu besuchen und die Wohnung zu inspizieren. Herr D und Frau K wechselten sich am Wochenende jeweils für einen Tag in der Betreuung ihrer Mutter ab. Schließlich wurde vereinbart, dass sich Frau K um die Möglichkeiten betreuten Wohnens kümmert und in den nächsten Monaten mit ihrer Mutter vor Ort erkundet.

#### *7. Stufe: Vereinbaren*

Zum Schluss der Stufe ist in der Mediation mit älteren Menschen stets eine große Erleichterung bei den Parteien zu spüren. Ebenso wird auch nach der Möglichkeit einer weiteren Mediation zu einem späteren Zeitpunkt gefragt. Dies lässt sich vielleicht damit erklären, dass es für Konflikte zwischen der alten und der älteren Generation noch wenige Modellösungen gibt. Das Phänomen der beiden alten Generationen sowie das von vier gleichzeitig lebenden Generationen ist neu und hat daher keine Vorbilder und somit auch keine Modelle einer Konfliktlösung.

Die getroffenen Vereinbarungen wurden als Protokoll festgehalten und der Ehefrau von Herrn D und den Enkelkindern zur Kenntnis gegeben. Die Parteien vereinbarten, im Konfliktfall erneut eine Mediation aufzusuchen.

### III. Weitere Praxisfelder von Elder Mediation im Überblick

Im Folgenden sollen für einige Entwicklungsaufgaben im Alter weitere Praxisfelder von Elder Mediation stichpunktartig aufgeführt werden.

#### 1. Spätes Berufsleben, Berentung und Ruhestand

In Zeiten der Globalisierung und des flexiblen Kapitalismus hat sich die Arbeitswelt in rasanter Weise verändert.<sup>11</sup> Auf die älteren Menschen hat dieser Prozess große Auswirkungen.

Intra-personell führt er bei ihnen zu einem Entfremdungsgefühl und einem Gefühl von starker Beeinträchtigung. Technische Neuerungen, Umstrukturierungen führen bei älteren Menschen oft zu einer inneren Kündigung, zu passiver Verweigerung.

Inter-personell kommt es zu Konflikten zwischen den älteren und jüngeren Mitarbeitern zu massiven Vorgesetzten- und Konkurrenzproblemen. Werden diese nicht gelöst, wird die Entwicklung eines Rentenwunsches bei den älteren Arbeitnehmern immer attraktiver. Statt die Wiedereingliederung in den Betrieb zu verhandeln, wird das Rentenbegehren vorangetrieben.

Bereits am Arbeitsplatz kann Elder Mediation bei Konflikten zwischen Generationen vermitteln. Der respektvolle Umgang der Parteien in der Mediation zwischen der jüngeren und der älteren Generation könnte einen veränderten Umgang am Arbeitsplatz ermöglichen, sowie einen Übergang in den Ruhestand, der von beiden Generationen mitgetragen wird. Beispielhaft seien hier die Möglichkeiten der Mediation in Betrieben bei Mobbing genannt, sowie die Verhandlungen in Familienunternehmen bei der Nachfolge. Der Wechsel in den Ruhestand kann Gegenstand von Elder Mediation sein, damit die Berentung nicht zu einem Ruhe-Stand erstarbt.

#### 2. Auseinandersetzungen in der dinglich-räumlichen, materiellen Lebenswelt

Die Lebensmöglichkeiten werden in entscheidender Weise durch die dingliche und materielle Lebenswelt beeinflusst. Diese schafft die Voraussetzungen, das Alter als eine späte Freiheit ausgestalten zu können oder sich den reduzierten Lebensmöglichkeiten anpassen zu können. Indem die Realität des Alters Grenzen absteckt, innerhalb derer noch das Leben gestaltbar ist und den Lebensraum erfasst, über den der ältere Mensch noch verfügen kann, stellt sich bei ihm das Gefühl ein, an Grenzen gestoßen zu sein. Damit ist das Gefühl verbunden, jetzt stärker auf die Möglichkeiten angewiesen zu sein, die die soziale Umwelt bereitstellt.<sup>12</sup>

So verschiebt sich langsam die Lebenswelt älterer Menschen von der äußeren, weitläufigen Lebenswelt weiter auf die unmittelbare. Mit der begrenzten Lebenswelt fühlt sich der Ältere immer stärker in besonderer Weise verbunden. Über diese Welt kann er verfügen, bleibt sein Kontrollbedürfnis unangetastet. An diesem Ort kann er seinem Bedürfnis nach Selbstbestimmung nachgehen.

In der Mediation mit älteren Menschen geht es daher oft um das Festhalten an Gegenständen, um das Anhaften von Erinnerungsstücken. Auf diese Weise kann die Kontinuität des Lebens aufrechterhalten werden, können Spuren des eigenen Lebens gesichert werden. So wird das Verhandeln um die dingliche Welt symbolisch zum Verhandeln der eigenen Identität. In der Mediation wird dann oft die Sicherung der materiellen Leben-

---

11 Peters, s.o. Fn 1, S. 118.

12 Peters, s.o. Fn 1, S. 212.

sumstände zum Thema: Geld, materieller Besitz, materielle Not. Es geht zudem um die Wohnung, die Wohnumgebung, altersgerechtes Wohnen, betreutes Wohnen mit eigenständiger Haushalts- und Lebensführung. Die eigene Wohnung stellt ein wesentliches Fundament der eigenen Identität her und führt in der Mediation mit älteren Menschen oft zu hochemotionalen Auseinandersetzungen zwischen den Parteien.

#### **D. Schluss**

Der Tod ist im Alter nicht mehr allgegenwärtig, sondern hat sich auf das betagte Alter zurückgezogen. Aus der unsicheren Zeit vergangener Jahrhunderte ist eine sichere Lebenszeit geworden. Die Menschen stehen jetzt vor der Notwendigkeit, sich auf das Alter vorzubereiten. Das ursprüngliche Unbehagen gegenüber dem Alter hat sich dabei allmählich gewandelt. Immer mehr Menschen begreifen das Alter nicht mehr als „Rest-Lebenszeit“, sondern als eine zusätzlich gewonnene Lebenszeit, die es zu gestalten gilt. So kommen die Chancen des Alters stärker in den Blick. Ältere Menschen beginnen damit, sich um das Alter zu kümmern; sie lernen, das Alter nicht als Schicksal, sondern als Aufgabe zu begreifen. Dazu benötigen sie eine Orientierung, welche in der postmodernen Gesellschaft mit ihren Unsicherheiten nicht so einfach zu finden ist. Der Begriff des „Dritten Alters“ zeigt zwar an, dass es um Entwicklung und Aneignung neuer Möglichkeiten geht. Es fehlt jedoch an persönlichen Vorbildern und kulturellen Leitbildern.<sup>13</sup>

Zudem sind die heutigen älteren Menschen nicht mehr in selbstverständlicher Art und Weise familiär eingebettet oder von nachbarschaftlichen und anderen sozialen Bezügen getragen. Auch Ältere bekommen die Zwänge des modernen Lebens zu spüren, das sie dazu zwingt, mehr Eigenverantwortung zu übernehmen und das Leben stärker selbstständig gestalten zu müssen. Das „Dritte Alter“ birgt somit neue Unsicherheiten und Chancen zugleich. Elder Mediation kann ältere Menschen darin unterstützen, eine neue Orientierung zu entwickeln, zu erproben und zu vereinbaren. Die gefundenen Regelungen unterstützen zudem die Parteien, eine möglichst weitgehende Gesundheit, die Gesundheit möglichst weitgehend zu erhalten und gesundheitliche Risiken aufzufangen.

Insgesamt betrachtet hilft Elder Mediation älteren Menschen, sich ihre neue Lebensphase anzueignen. Die getroffenen Vereinbarungen bilden die Grundlage für eine neue Entwicklung, für gewonnene Lebenszeit. Statt das Alter nur passiv annehmen zu müssen, wird ein Prozess der Aneignung des Alters aktiviert. Eine neue Zeit beginnt.

---

13 Peters 2004, S. 15.