

Protokoll des Treffens der BM-Regionalgruppe in der Friedenskirche Stuttgart 16. Sept. 2024

Referent Arne Mack
Moderation Sandra Dunsbach
Protokoll: Ingrid Suprayan

Eingangsrunde mit der Frage: „Warum bin ich hier?“

Arne Mack findet unsere angedeuteten Lebensläufe „sehr bunt“.

Es kommt zur Sprache, dass wir bei einem Termin mal die **Unterschiede** zwischen Mediation, Anwaltsmediation und Gerichtsverfahren **bei Trennungsfällen** durchgehen sollten.

WAS IST SYSTEMISCHE THERAPIE/ARBEIT? Und: Wie kann sie bei der Deeskalation helfen? (siehe dazu das angehängte PDF)

Arne Mack hat als Sozialpädagoge, Heimerzieher, Künstler und Werbetexter gearbeitet, bevor er die Systemische Ausbildung begann, und ist Gründer einer Coaching-/Beratungs-/Entwicklungs-Begleitungs-Agentur für „Marken und Menschen“, außerdem Dozent für Systemische Therapie.

Er zeigt anhand der Folien (PDF!), dass wir alle **Teil** ganz unterschiedlicher **Systeme** sind. In der Arbeit damit kommt es v. a. auf die Haltung an, denn jede **Dysfunktion** ist nicht (nur) individuell zu behandeln, sondern als **Ausdruck** eines gestörten Systems. Eine Reihe hilfreicher **Interventionformen** wird ausführlich erklärt, die ggf. eine Eskalation verhindern können.

Aus der Diskussion (u. a. zu einem Fall, den *Thomas Schärer* einbringt):

- „auf Augenhöhe“, definiert als „wertschätzende Neugier“, Respekt bzw. Gleichwertigkeit (J. Juul)
- Song von *Eko Fresh* zu Nazi vs. Mensch (??)
- Die Situation mit Geduld und Humor nehmen und als Spiel betrachten können!
- Mediation bzw. Beratung nicht umsonst anbieten. Als Richtwert gelten 2% des Haushaltseinkommens pro Sitzung.
- Die Zeitbegrenzung der Sitzungen gibt Halt, und das ist das Wichtigste.
- „Pause!“ ist manchmal eine sehr gute Intervention
- Depression wirkt nach $\frac{3}{4}$ Std. ansteckend!
- Die Gruppe einbeziehen zu Gefühlen und Lösungen
- 3 wichtigste Dinge aufschreiben lassen „Was willst Du?“
- Selber eine Lösung phantasieren und in den Raum stellen
- Positives und Negatives auf grüne und rote Karten schreiben lassen und aufhängen ...

Sonstiges

Am 2. Oktober ist eine „Lange Nacht der Demokratie“ (!) mit vielfältigen Stationen: <https://www.vhs-bw.de/projekte/lange-nacht-der-demokratie-in-baden-wuerttemberg/>

In Tübingen finden von 15.-18. November die Science & Innovation Days“ zum Thema Besser Streiten statt: <https://uni-tuebingen.de/universitaet/campusleben/veranstaltungen/zentrale-veranstaltungen/science-innovation-days/>

Nächster Termine

Mo. 18. November 2024 18 - ca. 20 Uhr per Zoom – Kalender bereithalten für die Termine 2025!