

## Leitplanken zur Deeskalation im Konfliktstrudel

Einsatz der Checkliste: 1. Man kann einzelne Fragen in ein Gespräch mit Medianten einbauen; 2. Man kann die Checkliste zur Vorbereitung, z.B. zwischen Sitzungen, an die Medianten weitergeben; 3. Man kann sie gedanklich nutzen, um während der Mediationssitzung den Grad der Eskalation der Beteiligten einzuschätzen und passende deeskalierende Schritte im Blick zu haben.

- 1) Was steht auf dem Spiel?
- 2) Wie weit gehe ich? Habe ich Kontrolle über mich?
- 3) Können meine Handlungen unbeabsichtigte Nebenwirkungen haben, welche die Konfliktbeteiligten als bedrohlich, grenzüberschreitend erleben? Wie kann ich dies verhindern?
- 4) Bin ich bereit, Verantwortung für mein Tun und die Konsequenzen zu übernehmen?
- 5) Was hindert mich eigentlich, aus dem Konflikt auszusteigen?
- 6) Stehen Aufwand und Ertrag im Konflikt noch in einem angemessenen Verhältnis? Was sind genau die Kosten und was ist beschreibbar der (potentielle) Nutzen im Konflikt?
- 7) Gibt es etwas, das ich bedauere (selbst getan oder unterlassen zu haben), wenn ich daran denke, wie der Konflikt bisher verlief?
- 8) Wie kann ich meine Ziele weitgehend erreichen und zugleich dem Gegenüber ermöglichen, dass er/sie das Gesicht wahren kann?
- 9) Angenommen, ich bin und fühle mich im Recht und gehe massiv vor, um mich durchzusetzen. Habe ich einen Plan B, falls diese Strategie nicht funktioniert?