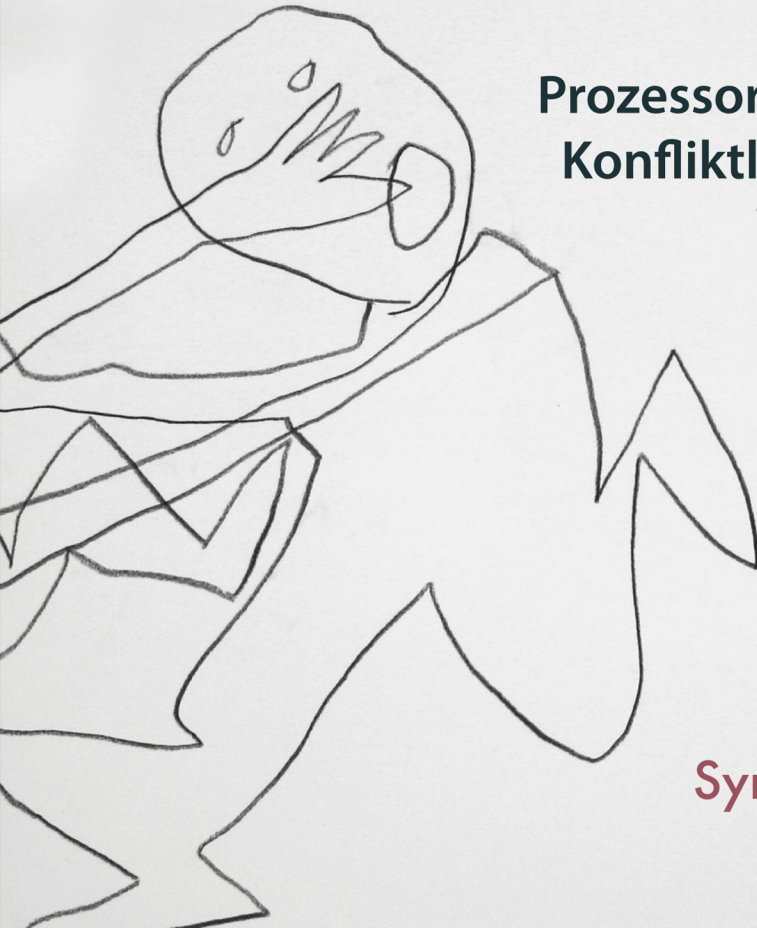


*Birgit Theresa Koch*

# Hinter jedem Konflikt steckt ein Traum

Prozessorientierte  
Konfliktlösungen  
im Alltag



Synergia 

*Birgit Theresa Koch*

# Hinter jedem Konflikt steckt ein Traum

Prozessorientierte Konfliktlösungen im Alltag

Synergia 

3. bearbeitete Auflage, 2015  
Erschienen im Synergia Verlag, Basel, Zürich, Roßdorf  
eine Marke der Sentovision GmbH  
[www.synergia-verlag.ch](http://www.synergia-verlag.ch)

Alle Rechte vorbehalten  
Copyright 2015 by Synergia Verlag, Roßdorf

Coverbild: Zeichnung von Marianne Tralau, [www.tralau.com](http://www.tralau.com)  
Umschlaggestaltung, Gestaltung und Satz: FontFront.com, Roßdorf

Printed in EU  
ISBN: 978-3-944615-35-6

Bibliografische Information der Deutschen Bibliothek  
Die Deutsche Bibliothek verzeichnet diese Publikation in der deutschen Nationalbibliografie;  
detaillierte bibliografische Daten sind im Internet unter <http://dnb.ddb.de> abrufbar.

# Inhalt

<b>Die Streitschlichterin für Sie unterwegs</b>	9
Vorwort der Autorin zur 3. Auflage	9
<b>Träumen und Veränderungswünschen auf der Spur</b>	11
Der verborgene Traum in jedem Konflikt	12
Der prozessorientierte Blick	16
Doppelte Botschaften aus dem Reich der Wünsche und Träume	20
Alles ist Wechselwirkung, Wandel und Lebendigkeit	24
Eine Reise auf neuen Wegen	25
In die Praxis umgesetzt	28
<b>Der Konfliktpartner ist ein Verbündeter</b>	31
Herzstücke - Geschichten vom Scheitern, gemeinsamen Lernen und Gelingen	33
Zerrissene Familien	36
Rosenkriege – Beziehungskonflikte	41
Den Verbündeten in der Arbeitswelt erkennen	48
»Hilfe, ich werde gemobbt«	52
Das Phänomen des Torhüters	54
Das Herz ist unser stärkster Verbündeter	56
In einem Menschen, der stört oder irritiert, einen Verbündeten erkennen	58
<b>Im Leben spielen wir viele Rollen</b>	61
Aus alten Rollen aussteigen	66
Der Sündenbock will zu viel	68
Rang und Rangeleien	71
Aus Vorwürfen lernen	81
In die Praxis umgesetzt	83

<b>Seitenwechsel: Präventive Konfliktarbeit im Alltag</b>	85
Eine gute Frage: Auf welcher Seite stehe ich?	88
Der Wechsel auf die eigene Seite wirkt Wunder	90
Aus der Gegnerschaft heraustreten	93
Überraschende Lösung eines zu erwartenden Konflikts	97
Innere Arbeit und Seitenwechsel in einem Konflikt	99
<b>Weisheit und Tiefe Demokratie: eine Perspektive für unsere Familien, Gruppen und Organisationen</b>	101
Weisheit in Arbeitsbeziehungen	104
Wundermittel Weisheit für Eltern und Großeltern	107
Tiefe Demokratie: die transformierende Kraft in Konflikten	108
Tiefe Demokratie im ganz normalen Leben	111
Konfliktarbeit ist Friedensarbeit – sie fängt bei der eigenen Person an	115
In die Praxis umgesetzt	118
<b>Literaturhinweise</b>	119

*»Wenn die Äste im Wald miteinander streiten,  
freuen sich die Wurzeln.«*

*Afrikanisches Sprichwort*

# Die Streitschlichterin für Sie unterwegs

## Vorwort der Autorin zur 3. Auflage

Als ich im Jahre 2000 meine ersten Texte zur Prozessorientierten Psychologie und Philosophie von Arnold Mindell las, war ich begeistert. Ein völlig neuer und hoffnungsvoller Blick auf Konflikte und zwischenmenschliche Probleme eröffnete sich mir. Der Fokus war auf die Träume und Veränderungswünsche von Menschen, auf alte und neue Identitäten von Gruppen, Organisationen und Gemeinschaften gerichtet. Es ging um Verstehen und Verständnis, um die tragenden Rollen in einem Konflikt, die sich ausdrücken und gehört werden wollen, um Rang, notwendige Rängeleien und die oft vergessenen Privilegien, die wir genießen und wie wir damit einen besseren Umgang finden können. Prozessorientiert verstanden sind Konflikte wichtig, um notwendige Veränderungsprozesse anzustoßen, prozessorientierte Konfliktarbeit zielt auf die Entwicklung von Menschen und ihrer Systeme.

Es gab keine Schuld zu vergeben und nicht nach Kommunikationsfehlern zu suchen, querdenken oder „das Pferd rückwärts reiten“, wie ein Buchtitel von Arnold und seiner Frau Amy Mindell heißt, eröffneten neue und überraschende Sichtweisen. Ein konfliktlösender Umgang mit schmerzhaften Vorwürfen, mit Störern in Familien, Teams oder Gruppen wurde möglich. Durch die Prozessarbeit und ihre Grundannahmen konnte ich das Entwicklungspotential in jedem Konflikt und die damit verbundenen Veränderungswünsche und Träume schneller und deutlicher herausarbeiten und meine Klienten und Gruppen begleiten, Konflikte zu bejahren, ihren Sinn zu verstehen und sie zu entfalten. Prozessorientierte Philosophie und Veränderungsarbeit ließ sich wunderbar in meine systemisch geprägte Vorgehensweise integrieren, in der jede Kommunikation und jeder Konflikt als Wechselwirkungsgeschehen zwischen zwei oder mehr Menschen und ihrer Umwelt angesehen wird.

Die guten Erfahrungen inspirierten mich zu einer verrückten Idee: Ich sah mich als Streitschlichterin mit einem Wohnmobil durch Deutschland reisen und vor Ort mit Menschen an ihren Konflikten in Familie, Beruf und Nachbarschaft arbeiten. Es dauerte mehrere Monate, bis ich mir die Erlaubnis gab, die Unsicherheit und das Risiko auf mich zu nehmen und als Konfliktberaterin mit einem Wohnmobil durch Deutschland zu reisen. Mein Motto *Hinter jedem Konflikt steckt ein Traum, der sich entfalten will* wurde zum Titel der ersten Auflage dieses Buches.

Ich hatte die Vision, mit diesem besonderen Angebot und in meinen Vorträgen vor Ort auch Menschen zu erreichen, die mich in einer normalen Beratungspraxis nie angesprochen hätten. Menschen haben in der Regel Angst, Konflikte anzusprechen oder zuzugeben. Konfliktarbeit ist immer ein Risiko für die Betroffenen. Es ist meist Neuland, das betreten wird. Mit dieser Reise wollte ich mich auf meine Weise am Risiko beteiligen und mich auf einen Weg begeben, den auch ich noch nicht kannte. Einige der Geschichten und Konfliktberatungen, die ich auf der Reise erlebte, sind in diesem Buch beschrieben. Andere Geschichten erlebte ich in meiner Praxis als Systemische Beraterin und als Supervisorin oder Konfliktmoderatorin in Organisationen. Dieser Text wäre nicht entstanden ohne jene, die mir ihr Vertrauen schenkten und die ich auf ihrem Veränderungsweg ein Stück begleiten durfte. Jede Geschichte war immer auch ein Lernstück für mich. Ein großes Dankeschön dafür.

Danken will ich auch den Teilnehmerinnen, angehenden Mediatoren oder Systemberatern in meinen Seminaren für ihr positives und bestätigendes Feedback, das mich die Instrumente, die Passung mit systemischen Prinzipien und Methoden und soziologischen Erkenntnissen, weiter entwickeln ließ.

Für die vielen prozessorientierten Einsichten, Inspirationen, Methoden und Übungen, die meine systemische Denk- und Arbeitsweise so nachhaltig bereichert haben, viele davon sind hier beschrieben, möchte ich mich bei Arnold Mindell und bei Max Schubach und den vielen Prozessorientierten Psychologen, die ich im Processwork Institute in Portland (USA) kennengelernt habe, bedanken. Sie haben mich gelehrt, dass Konfliktarbeit Gesundheitsarbeit und Friedensarbeit gleichermaßen sein kann.



## Träumen und Veränderungswünschen auf der Spur

Konflikte tun weh, sie kratzen das Selbstbewusstsein an, machen hilflos, wütend, auf Dauer krank. Viele Menschen schleppen sich häufig über Jahre mit einem bestimmten Konflikt oder ewiggleichen zwischenmenschlichen Problemen herum. Familienmitglieder werden nicht mehr besucht, Kollegen und Arbeitsplätze abgelehnt, Partner abgrundtief gehasst oder den Nachbarn würde man am liebsten den Garaus machen. Menschen mit dauerhaften Konflikten am Arbeitsplatz werden krank, es passieren sogar Unfälle, damit sie endlich nicht mehr dorthin müssen.

Im Grunde genommen glauben viele Menschen in einem schwierigen Konflikt nicht an Veränderung, weil sie nicht glauben, dass der oder die andere sich verändern kann. Denn dass dies die wichtigste Bedingung für eine Lösung sei, davon sind viele in einem Konflikt überzeugt. Es muss doch die andere sein, die dies oder jenes tun oder unterlassen soll. Es sollte doch der andere endlich etwas einsehen oder klein begeben, damit sie endlich verzeihen und sich auch mal wieder freuen können.

Manche ahnen, dass mit der beliebten Projektion der Schuld auf die Konfliktpartnerin und den Gegner etwas nicht stimmt. Das macht es aber noch schlimmer. Diese Menschen spüren, dass die anderen ihnen nicht Recht geben können. Sie fürchten die Schuld, die ihnen selbst zugewiesen werden könnte, und verzichten lieber auf Unterstützung und Hilfe von außen. Denn es ist ein verbreitetes Missverständnis, dass es in einem Konflikt einen Schuldigen geben müsse, der schon böse war, bevor es zur Auseinandersetzung kam, dessen Vergehen man aufzählen könne, während die eigenen Vergehen nur eine Reaktion darauf sind und so weiter. Es entsteht ein Muster im Verhalten und im Denken, das von beiden Konfliktpartnern nicht mehr aufgegeben werden kann – eine Sucht, den anderen zu beobachten, zu bewerten, den Grund für einen Streit im anderen zu suchen und hoffentlich zu finden. Wir denken in heißen Auseinandersetzungen zu oft nur noch oder viel zu viel an unsere Gegner. Und wie bei allen Süchten stellen sich die Erlösung und das Glück nicht ein: weil die Lösung an der falschen Stelle und mit einer wenig hilfreichen Denkmethode gesucht wird.

Wir sind geübt darin, nach eindeutigen Ursachen und Wirkungen dieser Ursachen zu suchen. Ich bin unfreundlich, weil er mich nicht begrüßt hat.

Ich bin böse, weil sie sich schlecht benommen hat. Dieses lineare oder kausale Denken, dass sich in vielen und vor allem in wissenschaftlichen Bereichen bewährt hat, ist in zwischenmenschlichen Auseinandersetzungen wenig hilfreich, weil es die verborgenen und widersprüchlichen Zusammenhänge in der menschlichen Kommunikation nicht berücksichtigt. Wir drehen nicht enden wollende Interaktions- oder Kommunikationsschleifen, wenn wir nur nach dem Grund oder der Schuld in einer Auseinandersetzung oder einem Konflikt fragen. Es entsteht ein Muster gegenseitiger Schuldzuweisung, aus dem wir nicht mehr ausbrechen können. Es gibt Menschen, die Jahre lang in einem solchen Konfliktmuster verharren. Andere brechen Beziehungen frühzeitig ab oder beenden eine Zusammenarbeit, bevor der Schatz, der in einem Konflikt oft tief verborgen ist, gehoben wird.

## **Der verborgene Traum in jedem Konflikt**

Früher dachte ich selbst auch, es sei hilfreich zu lernen, erst gar nicht in einen Konflikt zu geraten beziehungsweise ihn zu vermeiden. Heute denke ich anders darüber, weil ich im eigenen Leben und auch als Beraterin die Erfahrung gemacht habe, wie hilfreich Konflikte sein können, um die eigenen noch unbewussten Träume und Entwicklungswünsche kennenzulernen und ernstzunehmen. Ist dieser Schatz aus dem Traumreich, den noch nicht bekannten Landschaften unserer Seele und der Seele unserer Gemeinschaften geborgen, dann kann sich die innere Haltung in einer Auseinandersetzung verwandeln, das schmerzhaft und trennende Konfliktmuster kann aufgegeben werden und ein neues Miteinander entsteht.

Interessant ist, dass Kinder ihre Beziehungen natürlicherweise so organisieren: Wenn sie einen Konflikt oder einen Streit gemeinsam überwunden haben, werden sie dicke Freunde. Kinder spüren etwas, das auch für Erwachsene stimmt: Eine Auseinandersetzung schafft die Möglichkeit, den anderen kennenzulernen wie auch die eigenen Interessen genauer zu bestimmen und herauszufinden, ob es ein gemeinsames Wir geben kann. Die Weisheit in einem Kinderstreit fragt: Wie können wir Freundschaft und Lust auf gemeinsames Spiel und Zusammenarbeit entwickeln, auch wenn ich anders bin als du?

Diese Frage wird indirekt auch in jedem Erwachsenenkonflikt gestellt. Wer bist du? Ich möchte dich und mich besser kennenlernen und wissen, ob

du auch zu mir halten kannst, wenn ich so bin, wie ich bin, und anders denke als du. Hinter einem Konflikt kann immer auch ein Beziehungsangebot stecken mit einem großen Wunsch nach Gemeinschaft.

*Prozessorientierte Weisheit besagt: Hinter allen Konflikten und zwischenmenschlichen Krisen stecken Träume und tiefe Wünsche, die sich in die Wirklichkeit entfalten wollen. Wenn wir lernen, diese Träume und Entwicklungstendenzen im Hintergrund zu entdecken, dann werden Konflikte zu Wegweisern in einem gemeinsamen und notwendigen Prozess, den Einzelne, Gruppen und Organisationen brauchen.*

Unsere bewussten wie auch unbewussten Empfindungen, Wünsche und Tendenzen gehören zu diesen Träumen. Manche dieser Träume haben es leicht und sie scheinen mit den dazugehörigen Empfindungen und Gefühlen auf wie von selbst und wir sind froh, sie zu entdecken und in unser Leben zu integrieren. Andere wiederum haben es schwer, sie halten unseren Bewertungen und Glaubenssystemen nicht stand, sie werden unterdrückt und im Traumreich festgehalten. In einem Konflikt oder einer Krise wirkt ihre verborgene Kraft und drängt darauf, dass wir sie kennenlernen, ernst nehmen und ihr eine Chance geben, unser Leben zu bereichern.

Oftmals verstecken diese tiefsten Wünsche und Träume sich noch hinter Verhaltensweisen und Gefühlen, die wir selbst und andere ablehnen, und produzieren deswegen Zusammenstöße mit unseren Mitmenschen. Geiz, Neid oder Eifersucht können solche Gefühle sein. Sie bekommen keine Zustimmung, tragen aber in ihrer Essenz eine wichtige Botschaft und erzählen von einem wichtigen Wunsch, der gehört werden will.

Nehmen wir den Geiz. Wir denken, ein Geizkragen, der viel Geld hat beispielsweise, sollte doch besser großzügig sein. Vielleicht denkt auch der Geizkragen das und hat ein Problem mit anderen und zusätzlich mit sich selbst. Hinter dem Geiz könnte sich der Wunsch verstecken, glücklich zu sein über das Geschenk des Reichtums. Was aber sein kann: Der Geizkragen erlaubt sich das noch nicht. Er kann sich nicht wirklich freuen, er hat Angst, sein Geld wieder zu verlieren oder dass die anderen es ihm neiden könnten. In einem Konflikt könnte der Geizkragen mit seinen Wünschen in Kontakt kommen und auch seine Gegner könnten sich mit ihren eigenen Träumen und Wünschen, reich zu sein und beschenkt zu werden, auseinandersetzen.

Kritiker und Geizkragen teilen vielleicht eine gemeinsame Grenze, die sie haben, ihren Wunsch nach Reichtum anzuerkennen oder sich über die Geschenke des Lebens zu freuen und sie anzunehmen.

*Eine prozessorientierte These lautet: Konflikte sind die Boten einer Grenze, die es Menschen noch nicht erlaubt, den nächsten Schritt zu gehen und ihre tieferen Bedürfnisse und Wünsche zu leben. Dies gilt für Einzelne wie auch für Gruppen. Der Konflikt an der Grenze verbindet einen tiefen Veränderungswunsch mit dem nächsten Entwicklungsschritt.*

**Fallbeispiel:** Eine Frau, ich nenne sie Anna A., hat immer wieder Probleme mit Menschen, die laut sind und angeberisch ihre Vorzüge kundtun. Mit der Kollegin, die im gleichen Büro sitzt, ist es bereits zum Eklat gekommen. Überall drängt sich diese vor, erzählt, was sie alles kann und getan hat, selbst Gemeinschaftsproduktionen gibt sie als die eigenen aus. Verständlicherweise ist Anna genervt und boykottiert jede Zusammenarbeit, bei der die andere die Lorbeeren einstreichen könnte. Wovon träumt Anna A. oder wovon träumen beide? Möglicherweise – und das können wir in einem Coaching mit Anna A. herausfinden – geht es darum, sich selbst und die eigenen Qualitäten, die eigene Power deutlicher zu zeigen: »Hier bin ich und das kann ich, schaut her!« Nicht angeberisch, sondern bewusst und der jeweiligen Situation angemessen. Vielleicht steckt auch noch ein größerer Wunsch dahinter: z.B. eine besondere Position im Unternehmen einzunehmen. Anna A. aber hat noch eine Grenze, dies offen zuzugeben und erste Schritte in diese Richtung zu gehen. Eine innere Stimme hält sie zurück: »Du sollst dich nicht hervor-tun! Du bist nicht gut genug. Die anderen werden dich nie akzeptieren.«

Mit einer vergleichbaren inneren Stimme schlägt sich vielleicht auch die Kollegin herum. Wenn wir diese fragen, würde sie vielleicht die Verantwortung für das, was sie tut, noch nicht übernehmen wollen. Beide streiten miteinander, während sie davon träumen, mehr gesehen zu werden, mehr Wertschätzung und Anerkennung für ihre besonderen Fähigkeiten und Leistungen zu erhalten und eine neue Qualität der Selbstpräsentation zu entwickeln. Beiden fehlt noch das Okay der eigenen inneren Stimmen, die diese neue Qualität bejahen. Jeder Konflikt trägt das Potential in sich, genau dies zu fördern: in erster Linie Ja zu sich selbst zu sagen und sich bewusst auf

die eigene Seite und Entwicklung zu stellen. Sehr wahrscheinlich sind die beiden Kolleginnen in ihrem Streit mit vielen anderen Frauen verbunden, die in ihren Büros und ihren Teams dafür kämpfen, dass ihre Kraft und ihre Fähigkeiten gesehen und geschätzt werden.

In der Regel müssen alte Identitäten und Glaubenssysteme bei wichtigen Veränderungen aufgegeben und neue Wege gebahnt werden. Ist dieser Schritt so einfach nicht möglich, der Traum im Hintergrund aber sehr stark, dann reiben wir uns – mit Teilen in uns selbst oder mit den Menschen um uns herum. Ich habe die Erfahrung gemacht, dass Menschen, die ihre tiefsten Träume im Hintergrund einer zwischenmenschlichen Auseinandersetzung kennenlernen und Ja dazu sagen, manchmal schon in nur einer Beratung ihre Haltung gegenüber den Konfliktpartnern verändern können. Der Schlagbaum an der Grenze geht hoch und öffnet die Passage. Dann geht es nicht mehr darum, wie ich meinen Kollegen ändere oder loswerde, sondern: Wie kann ich mich selbst entwickeln und was sollte ich mir anschauen, damit dieser Prozess gelingen kann? Gibt es ungelöste Themen in meiner Familiengeschichte, wie bin ich aufgewachsen, dass es mir als Mann oder als Frau schwer fällt, mich zu zeigen, mich durchzusetzen oder meine Pläne zu realisieren? Welche Strategien könnten helfen, diese Fähigkeit mehr zu entwickeln? Welche Verantwortung trage ich mir selbst gegenüber, damit ich gut in dieser Welt stehen kann?

Dafür ist es ratsam, auch im Denken eine Grenze zu überschreiten und unser Bild von der Wirklichkeit neu zusammensetzen. Es reicht nicht, wenn wir uns nur auf die Welt der sichtbaren Ereignisse konzentrieren: Dies ist ein Baum, dies ein Mann und dies ein Satz mit diesen bestimmten Worten. Die Ebene der vernünftigen Gedanken und Strategien alleine bringt uns in der Regel nicht weiter, wenn wir Probleme haben und miteinander kämpfen. Viel interessanter ist es, sich auch die Ebene anzuschauen, wo unsere geheimen Wünsche und die unserer Umgebung verborgen sind.

Dieser Raum, in dem unsere persönlichen und kollektiven Veränderungswünsche und Träume unter der Oberfläche der uns bekannten sichtbaren und wahrnehmbaren Wirklichkeit verborgen liegen, kann mehrere Namen haben. In der Systemtheorie sprechen wir von Selbstorganisation, wo alles immer wieder neu und auch ohne unser bewusstes Zutun einer gewissen Stabilität und Ordnung entgegenstrebt. Emergenzebene (von *emergere*: auftauchen, hervorkommen, sich zeigen) wird sie in feldtheoretischen Konzepten genannt, Traumebene heißt sie in der von Arnold Mindell entwickelten

Prozessorientierten Psychologie oder Traumkörperarbeit. Auf der Traumbene befinden sich alle Tendenzen und Wünsche, zu denen wir noch keinen Zugang haben, die sich aber, wenn die Zeit reif ist, an die sicht- und wahrnehmbare Oberfläche buddeln und durch das häufig unbewusste Zusammenspiel von vielen Faktoren – individuellen, sozialen und globalen – befördert werden.

Für die Schamanen ist sogar die beobachtbare Wirklichkeit, über die wir uns verständigen können, nur ein Traum, aus dem eine neue Zukunft erwächst, eine von vielen parallelen Welten, so real und wirklich, weil sie wirkt, wie das träumende und noch nicht sichtbare Feld und seine Einflüsse um uns herum. Und was bedeutsam ist: Wir alle sind miteinander verbunden in diesen Traumwelten, alles hängt zusammen und voneinander ab. Das heißt, dass auf dem Hintergrund eines solchen Denkens nie ein Einzelner alleine verantwortlich für einen Konflikt sein kann und die »Schuld« alleine trägt. Natürlich müssen wir Menschen stoppen, beispielsweise wenn sie gewalttätig werden. Häufig gibt es im Hintergrund einen Traum oder Veränderungswunsch, der zur ganzen Gruppe oder Gemeinschaft gehört. Oder es kommt an mehreren Stellen, in anderen Familien, in anderen Organisationen zu ähnlichen Konflikten, dann träumen viele an vielen Stellen einen ähnlichen Traum. In Deutschland und in der westlichen Welt dürfte die 68er Bewegung ein solches Phänomen gewesen sein. Was in Familien, Betrieben, Schulen und Universitäten und vielen anderen Stellen als individuell erlebter Konflikt zwischen den Generationen begann, entwickelte sich zu einer Bewegung mit einer großen gesellschaftsverändernden Kraft.

## **Der prozessorientierte Blick**

Um die Botschaften aus der Traumwelt, aus dem Reich unserer Herzenswünsche zu entschlüsseln, brauchen wir einen neuen Blick auf unsere zwischenmenschlichen Auseinandersetzungen. Die Prozessorientierte Psychologie und Philosophie, wie sie der Physiker und Jungsche Analytiker Arnold Mindell in der Prozessarbeit in den 80er-Jahren in der Schweiz und später in Portland, USA entwickelt und beschrieben hat, ist für mich beispielhaft und wie keine andere hilfreich, um uns die hinter Konflikten verborgenen Träume und Entwicklungswünsche bewusst zu machen. Mindell hat eine Methodik und Beschreibungsweise entwickelt, die meine eigenen

Erfahrungen bestätigt und sowohl auf Einzelne wie auf große Gruppen und Organisationen erfolgreich angewendet werden kann. Prozessorientierte Veränderungsarbeit wird getragen von einem spirituellen Geist, der vor allem schamanische und asiatische Weisheiten mit moderner Psychologie und Sozialwissenschaft verbindet. Die politische Dimension, die die Kultur, ihre Zeitgeister und den Rang von Einzelnen wie auch von Gruppen berücksichtigt, macht sie zur Welt- und Friedensarbeit.

*Eine prozessorientierte Sichtweise nimmt alle Empfindungen, alle Gefühle, alle Zustände, auch die, die wir oder unsere Gemeinschaften nicht leiden mögen, erst einmal als bedeutsam an und weiß, dass sie sich ausdrücken wollen oder sogar müssen. Das heißt nicht, dass wir Gewalt und Missbrauch auf einmal gutheißen sollen. Es bedeutet, dass wir bereit sein sollten, uns auch die schlimmen Ausbrüche menschlichen Verhaltens und deren verborgene Botschaft anzuschauen. So haben wir eine größere Chance, sie zu verwandeln und als Anstoß für Veränderungsprozesse zu nutzen.*

Die Wurzel dieses Denkens liegt im Taoismus, einer Jahrtausende alten östlichen Philosophie. Aus dem Chinesischen übersetzt heißt Tao oder *dào* Weg und meint den Geist, der alles Leben durchdringt. Aus dem Zusammenspiel der Gegensätze ergibt sich Wandel, Bewegung und letztendlich die Welt.

»Dieser (der Taoismus) nimmt an, dass in der Art, wie sich die Dinge entfalten, die Grundelemente enthalten sind, die notwendig sind zur Lösung menschlicher Probleme«, schreibt Arnold Mindell in seinem Buch *Mitten im Feuer*. Auch wenn ein Konflikt zwischen zwei Menschen oder in einer Organisation noch so unvernünftig erscheint und das Verhalten der involvierten Personen als geradezu widersinnig beurteilt wird, dann ist genau dies das Bedeutsame, die Bewegung, die sich natürlicherweise im Prozess ergibt. Wenn wir uns die Essenz dessen, was gerade geschieht, bewusst machen, dann begreifen wir den verborgenen Traum oder den Weg, den etwas nehmen will, und können uns selbst oder anderen Menschen helfen, sich zu verändern. Die Psychologie Mindells legt nahe: In unserem Leben und auch mit unseren Konflikten folgen wir dem Tao, dem natürlichen Fluss der Ereignisse, »dem Weg, auf dem sich alles bewegt«, auch wenn wir das, was gerade in einer schmerzhaften Auseinandersetzung passiert, noch nicht als

## In die Praxis umgesetzt:

*Verbindung aufnehmen mit der Welt der Veränderungswünsche und Träume*

- Nehmen Sie sich etwas Zeit und denken Sie an einen Konflikt, in dem Sie gerade stecken oder vor nicht allzu langer Zeit gesteckt haben.
- Gab oder gibt es einen Wunsch, z.B. unabhängiger zu werden, einen neuen Beruf zu ergreifen oder mehr Wertschätzung und Anerkennung durch Kollegen, Freunde oder Partner zu erfahren? Schreiben Sie ihn auf und legen Sie das Papier zur Seite.
- Nun kommen Sie zurück zu Ihrem Konflikt. Stellen Sie sich vor, dass es zwischen Ihnen und Ihrer Konfliktpartnerin oder Ihrem Gegner einen Ball gibt, der hin und her fliegt. Auf dem Ball stehen die Sätze, die Sie sich gegenseitig zuwerfen. Vielleicht fällt Ihnen auf, dass es keinen nennenswerten Unterschied macht, auf welcher Seite sie ausgesprochen und mit dem Ball hinüber auf die andere Seite geworfen werden.
- Vielleicht bemerken Sie verdeckte Botschaften und Signale, vielleicht eine Traurigkeit oder eine Freude hinter den Worten. Was bemerken Sie noch, was Ihnen in der realen Auseinandersetzung nicht aufgefallen ist?  
Stellen Sie sich vor (auch wenn Sie es noch nicht so recht glauben), dass in dem Ball bedeutsame Informationen über wichtige Träume und Veränderungswünsche stecken. Was will hier aufgewirbelt, neu zusammengesetzt und verändert werden? Was will aus der engen Begrenzung des Balls und den sie umschließenden Worten heraus, sich entwickeln und entfalten? Denken Sie eine Weile ohne allzu große Anstrengung darüber nach und überlassen Sie sich Ihren Assoziationen. Tun Sie so, als ob Sie eine Geschichte erfinden sollten und bewerten Sie Ihre Ergebnisse nicht! Schreiben Sie Ihre Gedanken auf.





## Interesse geweckt?

Verwirklichen Sie jetzt ihre tiefen Wünsche und Träume, die sich hinter allen Konflikten und zwischenmenschlichen Krisen verstecken.

*Birgit Theresa Koch*

## Hinter jedem Konflikt steckt ein Traum

Prozessorientierte Konfliktlösungen im Alltag

Synergia Verlag, 2015, 124 Seiten, kartoniert, **15,90 €**

ISBN 978-3-944615-35-6