

# Bettina Ammanns Ansatz in Mediation und Coaching

**Bettina C. Ammann, eine versierte Mediatorin und Coachin, gibt Einblicke in ihre Arbeit, die von emotionaler Intelligenz über unkonventionelle Methoden bis zur Bedeutung von Eigenverantwortung reicht. Sie misst Erfolg an der persönlichen Entwicklung ihrer Klienten und der Fähigkeit, Allparteilichkeit mit effektiver Unterstützung zu balancieren. Sie bietet wertvolle Ratschläge für angehende Fachleute.**

## **Frau Ammann, was bedeutet für Sie Mediation und Coaching?**

Friedensarbeit fokussiert auf die Entwicklung und Lösung innerer und äusserer Konflikte, indem sie die Zukunft neu gestaltet und die Vergangenheit ehrt. Ich helfe Menschen, Kontexte für mehr Zugang zu Ressourcen zu finden, vorausgesetzt, sie sind bereit, Verantwortung zu übernehmen und ihre Schöpferkraft zu aktivieren. Viktor E. Frankl bringt es auf den Punkt: «Der Mensch ist das Wesen, das immer entscheidet. Und was entscheidet es? Was es im nächsten Augenblick sein wird.» Mein Ansatz fördert Verständnis und Zusammenarbeit, indem er die Beteiligten ermutigt, neue Wege zu gehen. Meine Fragen ermöglichen es den Beteiligten, sie Verbindendes aufzuspüren und Brücken zueinander zu bauen.

## **Welche unkonventionellen Ansätze verwenden Sie in Ihrer Mediationspraxis, die sich von traditionellen Methoden unterscheiden?**

Während Mediationen integriere ich in Einzelgesprächen Coachings, um Kunden auf Augenhöhe zu bringen. Jeder Konflikt bedeutet auch Persönlichkeitsentwicklung (z.B. Selbstwert). Zusätzlich kombiniere ich heute Mediationen und systemische Strukturaufstellungen. Vorbild dafür ist die Arbeitsweise von Dr. Elisabeth Vogel (Schülerin von Insa Sparrer und Matthias Varga von Kibed). Während des Gesamtprozesses finden bereits kleine Klärungs- und Einigungsprozesse statt, welche die Parteien ermutigen, weiterzumachen. Das ist ein unkonventioneller, aber wirkungsvoller Ansatz. Die Kunden spüren die Wirkung der Systeme und sind offen. So bereitet mir meine Arbeit noch viel mehr Freude.

## **Wie gehen Sie mit Situationen um, in denen die Parteien scheinbar unvereinbare Standpunkte vertreten?**

«Scheinbar» lässt vermuten, dass die Parteien effektiv gar keine unvereinbaren Standpunkte haben, so, dass eine Annäherung möglich ist. Ob das so ist, gilt es herauszufinden. Die Interessen, Bedürfnisse und Werte der Parteien werden genau erarbeitet. Die anschliessende Klarheit hilft, zu beurteilen, welche Standpunkte effektiv unvereinbar sind und welche nicht. Manchmal entstehen aus dem anfänglichen Dschungel der Verhärtungen auch Teillösungen.

## **Welche Rolle spielen Ihrer Ansicht nach Emotionen im Mediationsprozess, und wie beziehen Sie diese in Ihre Arbeit ein?**

Emotionen sind wichtig und nicht zu ignorieren. Sie erfordern Verständnis, Mitgefühl und manchmal Trost, während negative Gefühle konstruktiv genutzt werden können, um Perspektiven zu öffnen. Ich fokussiere auf die Klärung hinterliegender Bedürfnisse, inspiriert von M. B. Rosenberg, und die Förderung gewünschter Gefühle. Der Umgang mit Emotionen setzt eigene



emotionale Kompetenz voraus, ein oft unterschätzter, aber kritischer Aspekt meiner Arbeit.

## **Gibt es spezifische Herausforderungen, mit denen Sie sich bei der Mediation in bestimmten Branchen oder Sektoren konfrontiert sehen?**

In der Mediation gibt es zwei Meinungen: Manche sehen Branchenkenntnisse als notwendig an, andere nicht, da sich Mediatoren auf den Prozess konzentrieren. Ich sehe in bestimmten Fällen, wie im Bau-, Erb- und Familienrecht, Fachwissen als wertvoll für die Prozessführung. Andererseits gab es Fälle, wo nur der Einigungsprozess im Fokus stand. Entscheidend ist eine klare Auftragsklärung zu Beginn.

## **Wie messen Sie den Erfolg in Ihrer Arbeit, sowohl in einzelnen Fällen als auch in Ihrer Gesamtpraxis?**

Wenn ich nach Sitzungen oder am Ende eines Coachings oder einer Mediation ein Leuchten in den Augen meiner Kunden sehe und die Erleichterung bei ihnen spüre, dass sie zumindest einen Schritt weiter sind als vor unserer gemeinsamen Arbeit, bin ich erfolgreich. Ganz grundsätzlich erlebe ich meine Arbeit als erfolgreich, solange sie mir Freude bereitet und ich das Gefühl habe, etwas Sinnvolles bewirken zu können.

## **Was ist der schwierigste Teil Ihrer Arbeit als Mediatorin und Coachin, und wie bewältigen Sie diese Herausforderungen?**

Am schwierigsten ist es für mich, wenn mich ein Thema triggert oder meine Werte verletzt. Wenn ich



spüre, dass eine Partei manipuliert und nicht bereit ist, ihr Verhalten anzupassen, dann setze ich Grenzen. Ich spreche an, was meine Werte (z.B. Fairness) verletzt und verlange Klärung. Erst anschliessend setze ich die Mediation fort; sonst breche ich ab. Die Themen und Vorgehensweisen von Kunden sind so vielseitig, dass ich nur im Einzelfall entscheiden kann, wo meine Grenzen sind. Hier hilft mir immer wieder das Gedicht von Charlie Chaplin auf meiner Homepage: «Als ich mich selbst zu lieben begann...»

## **Wie balancieren Sie die Notwendigkeit, neutral zu bleiben, mit dem Wunsch, Ihren Klienten zu helfen, ihre Ziele zu erreichen?**

Ich spreche nicht von «Neutralität», da niemand völlig neutral ist, auch ich nicht. Bewusste Unvoreingenommenheit ist mein Ziel, und ich bemühe mich um Allparteilichkeit trotz natürlicher Bewertungen. Ich thematisiere mögliche Voreingenommenheit zu Beginn und ermutige zum Dialog, falls sich Klienten unfair behandelt fühlen. Vertrauen und Offenheit prägen meine Mediationen. Fühlen sich Klienten unwohl, ziehe ich mich zurück, geleitet von meinen Werten.

## **Welchen Ratschlag würden Sie jemandem geben, der eine Karriere im Bereich Mediation und Coaching in Betracht zieht?**

Verlieren Sie nicht den Mut und vertrauen Sie auf Ihr Herz und Ihren Instinkt! Fehler sind Teil unserer Arbeit mit Konflikten und eigenen Herausforderungen. Suchen Sie Unterstützung, stehen Sie zu Misserfolgen und lernen Sie daraus. Authentizität stärkt die Glaubwürdigkeit. Nicht jede Mediation führt zur Einigung, manchmal ist der richtige Zeitpunkt noch nicht gekommen. Schätzen Sie die erfolgreichen Momente und seien Sie dankbar für diese Glücksmomente.

Ammann – Mediation – Coaching :  
www.ammann-coaching.ch  
Bettina C. Ammann, lic. iur.  
Im Dornacher 13  
CH 8127 Forch  
Tel. +41 44 920 04 40  
E-Mail: mail@ammann-coaching.ch

