

Mediation als Lösungsmodell zur Erarbeitung einer Vereinbarung / Konvention

Der Grundgedanke der Mediation ist, dass es keine Verlierer gibt. Niemand soll auf Kosten der anderen gewinnen. Bei der Suche nach Lösungen und dem Treffen von Entscheidungen sind die am Konflikt Beteiligten Partner und nicht Gegner. Ziel des Mediationsprozesses ist es, dass die Lösungen von beiden Seiten erarbeitet und akzeptiert werden. Mediation ist ein Lösungsmodell, das die psychischen Aspekte wie auch die rechtlichen Aspekte der Trennung/Scheidung und die Bedürfnisse der Eltern und Kinder berücksichtigt. Eine Mediation wird in der Regel mit einer rechtsverbindlichen Vereinbarung abgeschlossen.

Phase 1

Vorbereitung und Einführung in die Mediation.

Im ersten Gespräch werden die Rahmenbedingungen für eine Mediation geklärt und mittels Auftragsbestätigung schriftlich festgehalten.

Phase 2

Die Themen und Konfliktfelder werden gesammelt und gewichtet, entscheidungserhebliche Daten und Dokumente zusammengestellt.

Phase 3

Die hinter den Positionen der Parteien stehenden Interessen, Beweggründe, Bedeutungen werden herausgearbeitet. Dabei geht es sowohl um das Verstehen der eigenen Seite als auch um das Verstehen der anderen Seite.

Phase 4

Ideen, Varianten und Optionen werden zur möglichen Lösungsfindung gesammelt. Diese werden anschliessend hinsichtlich Wirtschaftlichkeit und praktischer Umsetzung überprüft.

Phase 5

Von den Parteien werden vorläufige Lösungen ausgehandelt.

Phase 6

Die gefundenen Lösungen werden überprüft und verbindlich vereinbart.

Informationen zu Trennung / Scheidung

Sie befinden sich in einer ausserordentlichen Situation; nichts ist mehr, wie es einmal war. Mit diesen Informationen möchten wir Ihnen aufzeigen, dass eine Trennung/Scheidung verschiedene Aspekte hat und dass es normal ist, dass die beteiligten Personen auf ihre eigene Art auf diese Veränderung reagieren.

Psychische Aspekte / Schritte

Unterscheidung von Paarkonflikt und Elternrolle.

Ablösung vom Partner (kann manchmal schon über Jahre vor der Trennung geschehen. Oft sind die Partner in ganz verschiedenen Beziehungsphasen).

Wahrnehmung und emotionales Akzeptieren (eigener Anteil an den Schwierigkeiten der Krise und dem Scheitern der Beziehung sehen).

Durchlaufen des Trauerprozesses. Es ist ein Abschiednehmen, ein Loslassen der verschiedenen Erwartungen, die mit dem Partner, der Partnerin verknüpft sind. (s. „Trennungserfahrung“).

Orientierung an neuen Lebenszielen.

Rechtliche Aspekte / Schritte

Entscheidung zur Trennung: Räumliche Trennung (Klärung der Wohnsituation)
aussergerichtliche Trennungsvereinbarung (wenn nicht anders möglich: Eheschutzverfahren).

Trennungsphase für eine befristete oder unbefristete Zeit mündlich oder schriftlich festhalten.

Entscheidung für Scheidung:

Gemeinsames Scheidungsbegehren jederzeit möglich (Art. 111/ 112 ZGB).

Scheidung auf Klage: Nach Ablauf einer zweijährigen Trennungszeit möglich (Art. 114 ZGB).

Ausarbeiten einer Scheidungskonvention mit folgenden Schwerpunkten

Wohnsituation

Sorgerecht und Kinderbelange

Kinder- und Ehegattenunterhalt

Güterrecht

Vorsorgeausgleich

Altersvorsorge

Gerichtskosten

Zusammen mit der schriftlich erarbeiteten Konvention das Einreichen eines gemeinsamen Scheidungsbegehrens am Bezirksgericht.

Anhörung am Gericht

Nach zwei Monaten schriftliche Bestätigung des Scheidungswillens und der Vereinbarung, Genehmigung der Vereinbarung, Vollzug der Scheidung (rechtsgültiges Urteil).

Wie geht es dem Kind in der Zeit des Umbruchs?

Die Trennung oder Scheidung verunsichert jedes Kind.

Kinder reagieren je nach Alter und Geschlecht unterschiedlich.

Gefühle der Trauer, Wut, Ohnmacht und Schuld sind normale Reaktionen. Es kann sein, dass sich das Kind für die Trennung verantwortlich fühlt. Es kann auch sein, dass es einen Elternteil verantwortlich macht und deshalb ablehnt.

Verlässliche Kontakte und häufige Gespräche mit beiden Elternteilen geben dem Kind Halt. So spürt es, dass die Mutter und der Vater trotz der Trennung noch da sind.

Informieren Sie das Kind frühzeitig -und wenn immer möglich gemeinsam- über Veränderungen wie zum Beispiel den Umzug und lassen Sie das Kind daran teilhaben. Es ist wichtig, dass sich Ihr Kind an beiden Wohnorten wohl fühlt. Dazu braucht es persönliche Gegenstände, die es für sich einräumen darf.

Die anfänglichen Schwierigkeiten beim Betreuungswechsel zwischen Vater und Mutter können Sie als Eltern auffangen, wenn Sie die Paarebene strikte von der Elternebene trennen. Beim Bringen oder Holen des Kindes begegnen sie sich als Vater und Mutter, nicht als Paar.

In einer schriftlichen Elternvereinbarung können Sie als Eltern die Kinderbetreuung nach der Trennung oder Scheidung neu festlegen.

Jedes Kind braucht Zeit, sich an die neue Situation zu gewöhnen und wieder Vertrauen in seine Umgebung zu fassen.

Eine durchlebte Veränderung kann eine Entwicklungschance für Ihr Kind sein.

Die vier Phasen der Trennungserfahrung nach Doris Wolf

(Aus dem Buch: "Wenn der Partner geht" Vlg. PAL 2004)

Die Zeit der Trennung ist für Frau und Mann schwierig. Doris Wolf teilt die Stimmungen zwischen Abschied und Neubeginn in vier Phasen.

Phase 1 Nicht – Wahrhaben – Wollen

Die Phase ist gekennzeichnet durch Verleugnung und Ignorieren der endgültigen Trennung. Täglich warten Sie auf eine Nachricht von ihm/ihr oder auf seine/ihre Rückkehr. Sie leben in der Hoffnung, alles sei nur ein böser Traum.

Phase 2 Aufbrechende Gefühle

Die Phase 2 ist durch starke Stimmungsschwankungen und Orientierungslosigkeit gekennzeichnet. Sie kennen sich selbst nicht mehr. Sie sind verzweifelt, fühlen sich hilflos und sehen keine Möglichkeit, jemals wieder glücklich zu werden. Verzweiflung und Ängste wechseln sich ab mit Wut- und Hassgefühlen.

Phase 3 Neuorientierung

Von gelegentlichen kurzdauernden Rückschlägen abgesehen, beginnen Sie nun, ihr Leben wieder aktiv in die Hand zu nehmen. Sie entwickeln ein neues Selbstwertgefühl und lernen, sich selbst Zuwendung und Anerkennung zu geben.

Phase 4 Neues Lebenskonzept

In dieser Phase Ihrer Entwicklung spüren Sie deutlich: die Trennung ist keine Strafe. Sie lernen, wieder Vertrauen anderen Menschen gegenüber zuzulassen.