



**Schellhammer, Barbara:**  
**An Konflikten wachsen.**  
**Konfliktcoaching und die Sorge um sich selbst.**  
**Beltz Verlag Weinheim Basel 2019,**  
**ISBN 978-3-407-36683 Print,**  
**ISBN 978-3-407-36702 E-Book.**

Die Kulturphilosophin und Mediatorin Barbara Schellhammer hat einen interessanten Band vorgelegt, der Aspekte der Selbstreflexion im therapeutischen und mediatorischen Handeln verbindet mit Überlegungen zu einer verantwortlichen Friedensarbeit sowie mit Erkenntnissen der neueren Hirnforschung. Dabei umkreist sie den zentralen Begriff der Selbstsorge in vielfältiger Weise, appellierend an die Bereitschaft, sich im Gespräch mit Klient\*innen immer auch in der eigenen Rolle und Berührtheit zu überprüfen – sich zu fragen, „was man für andere (noch) sein möchte im Unterschied zu dem, was man nicht (mehr) sein möchte.“, also – nach Wittgenstein – „zurück auf den rauhen Boden“!

Schellhammer hat ihre Wurzeln unverkennbar in der internationalen Friedensarbeit, daraus resultiert eine immer neue Berücksichtigung interkultureller Differenzen als Fremdheit und bereichernde Vielgestaltigkeit.

„Sei die Chairperson deiner Selbst“ ermutigt sie mit Ruth Kohn im ersten Teil ihres Buches, in dem sie das dialogische Geschehen mit den Klient\*innen philosophisch-historisch beleuchtet. Der Dialog solle – wie bei Sokrates beschrieben – letztlich im Klienten selbst stattfinden und wir als Mediator\*innen sollten dies nur anregen. Dabei dienen die Konflikte im Sinne einer ressourcenorientierten Wertung für eine „lebensdienliche Selbstentwicklung“. Die Klient\*innen gelangen zu Klärungen, die im besten Falle das Konfliktgeschehen auch bei ihnen lassen.

Aus den Überlegungen, die eigene Rolle im Geschehen zu reflektieren, spricht auch viel praktische Erfahrung. Schellhammer empfiehlt, nicht an einem Überlegenheitsbild als helfende Person zu hängen, sondern, zur „Offenlegung der eigenen Ratlosigkeit“, zum „Mut zum gemeinsamen Schweigen“, die Spannung „zu erzeugen zwischen Professionalität und Intuition“. Nach Schellhammer verpflichtet die „Einladung der Klienten an uns in ein Konfliktgeschehen (...) vor allem, sich mit sich selbst ins Benehmen zu setzen.“ Hilfreich könnte dafür der Bezug zu Martin Bubers Sechs Schritten des „Weg des Menschen“ sein. Selbst auch ausgebildet als systemische Familientherapeutin, bezieht Schellhammer auch die Erfahrungen Virginia Satirs ein, die die persönlichen Bewegungen verglich mit einem „Theater des Inneren, das pausenlos spielt“ und dem wir Aufmerksamkeit schenken könnten.

Um die Leser\*innen darin zu unterstützen, bietet Schellhammer Übungseinheiten (mit sich selbst) an, etwa die Fragen, ja eigentlich meditativen Betrachtungen: „Wann neige ich dazu, mich zu verstecken und vor mir und vor anderen zu fliehen?“, „Wann erlebe ich Momente innerer Zerrissenheit?“, „In welchen Momenten lenke ich von mir ab und mache andere verantwortlich?“ Dabei stützt sie sich auf das „Handwerk der Selbsterhellung“ des Münchner Philosophen und Jesuiten Godehard Brüntrup.

Konflikttransformation ist hierbei insbesondere bei Menschen unterschiedlicher Herkunft eine Aufgabe, die befähigen sollte, sich von jedem geschlossenen Kulturbegriff möglichst unabhängig zu machen.

Außer dieser Ermutigung zur Selbstreflexion, der „Sorge um sich selbst“ enthält das Buch eine große Lehreinheit zu dem P. A. C. E. – Modell, das Schellhammer ihrer kanadischen Lehrerin Erika Deines verdankt und das sie, obwohl entwickelt für die praktische Friedensarbeit, in andere Formen der Konfliktarbeit überträgt.

Dafür lässt Schellhammer insbesondere den Appell Milton Ericksons aufleben, „Menschen nicht als gebrochen, hilfsbedürftig, krank und fehlerhaft zu betrachten“, sondern für Entwicklungen, Veränderungen offen zu sein.

Im letzten Teil ihres Buches beschäftigt sich Schellhammer schließlich mit der Funktion unseres Gehirns bei Konfliktverhalten: „Das Gehirn ist der Mediator, der uns den Zugang zur Welt ermöglicht“ wird zustimmend der Psychiater und Philosoph Thomas Fuchs einbezogen,

der die Bezüge des Gehirns auf unsere Körperlichkeit im sog. „Leibgedächtnis“ betont. Auch hier tut sich den Lesenden ein neuer Aspekt der Selbstbeobachtung auf.

Das Buch, gespeist aus Liebe zur Philosophie **und** zum praktischen Tun, vermittelt mit großem Ideenreichtum, sich für die eigene Rolle zu sensibilisieren und Klient\*innen ebenso wie Professionelle mit Selbststärkung zu versehen. Es wäre zu empfehlen, das Buch in getrennten Schritten zu lesen, weil die Fülle der beigezogenen Assoziationen, Zitate und Bezüge mitunter die Klarheit der Argumentationsrichtung zu beeinträchtigen droht. Letztlich fügt Schellhammer mit ihrer neuen Publikation aber einen weiteren wichtigen Baustein zur (Selbst-)Entzauberung der Mediator\*innen, Coaches

und Therapeut\*innen hinzu, die einer Arbeit mit den Klient\*innen auf Augenhöhe nur dienlich sein kann.

Schellhammer verfügt über eine lebhaft, durchaus auch poetische, jedenfalls souveräne Sprache, die einen schnell in Bann zieht. Eines ihrer Resumées, das sie offensichtlich selbst anzuwenden sich erfolgreich bemüht: „Unser Gehirn braucht beides: Struktur und Offenheit, Verstehen und Rätsel, Disziplin und Freiheit, Ordnung und Phantasie.“ Ziel sei es, „die Souveränität der eigenen Lebensführung (zurück) zu gewinnen.“ Und so wirkt das ganze Buch wie ein Appell zur Freiheit, zum Gewinnen neuer innerer Beweglichkeit und eben der Ermutigung, sich in der „Selbstsorge“ ernst zu nehmen und darin Schritte in unbekanntes Terrain zu wagen.

*Sabine Zurmühl*