

Unternehmensberatung, Buchhaltung und Informationstechnologie

Rückblick: Weiterbildungstag der ExpertsGroup Wirtschaftsmediation

31.8.2018 - Erstmals fand heuer mitten im Sommer ein Weiterbildungstag für die Wirtschaftsmediatoren statt

Am 31. Juli trafen einander 34 Mediatorinnen und Mediatoren der UBIT ExpertsGroup WiMe aus Niederösterreich, Wien und dem Burgenland zu einem Vortrag mit Erfahrungsaustausch im WIFI Mödling. Ermöglicht wurde diese Veranstaltung durch Unterstützung der Fachgruppe UBIT aller drei Bundesländer.

Die Neurowissenschaftlerin Gaby Marx, selbst Mediatorin, referierte über „Emotionale Kompetenz und Wertschätzung – Neurowissenschaftliches Basis-Knowhow für Konfliktlösungen und leitete die Arbeitsgruppen.

Hier ein paar **Grundaussagen** des sommerlichen Weiterbildungstages:

- Emotionale Dinge nehmen wir bevorzugt wahr, denn: Lernen ohne Emotionen ist so gut wie unmöglich.
- Für unser Gehirn macht es keinen Unterschied, ob wir etwas denken und fühlen, oder ob wir es tatsächlich tun.
- Wie wir mit Stress umgehen, bestimmt das soziale Gehirn. Die Entwicklung des Umganges mit Stress beginnt bereits vor der Geburt und setzt sich in der ersten Zeit nach der Geburt sehr stark fort. Jedoch:
 - Leichter Stress ist für das Lernen notwendig. Dabei sind es die kontrollierbaren Herausforderungen, die zu höherer Effizienz führen; während unkontrollierbare Belastungen eine Destabilisierung bewirken, aber eine Neuorientierung des Verhaltens herbeiführen.
 - Die Amygdala im Gehirn vergisst nie: Auch wenn wir gelernt haben, mit den Auslösern von Konflikten umzugehen und das Verhalten anzupassen, kann dieses unter Stress wieder automatisiert ablaufen.

Daher wurde in Arbeitsgruppen die Frage diskutiert, welche Tools sich besonders in der Mediation eignen. Denn: In der Konfliktsituation werden nur wenige Gehirnareale genutzt. Es kann keine Kreativität stattfinden!

Die Lösung für die Mediation: Stärkung der Lernfähigkeit, insbesondere durch Öffnung des Fokus, sowie durch Erfahrung von Selbstwirksamkeit (als Belohnung). „Konfliktlösung ist die Ermutigung zu neuer Erfahrung“, so Gaby Marx in ihrem Vortrag, „wobei es wichtig ist, dass die Zustimmung zu den Regeln selbst getroffen wurde.“

Am Ende die Erkenntnis und ein erleichternder Ausblick: „Alle Menschen machen schmerzhaft Erfahrungen. Sie sind durch ihre Fehleranfälligkeit miteinander verbunden, statt isoliert. Ziel ist nicht die Reduzierung von Stressoren, sondern zu erlernen, wahrzunehmen was ist und es zu akzeptieren.“
Denn: Emotionen funktionieren wie Muskeln, die man trainieren kann.



© L.POGRZEBACZ

Von links nach rechts: Die ExpertsGroup LandessprecherInnen Alexandra May (Wien), Margit Ehardt-Schmiederer (Bgld), Gaby Marx, Bernhard Schaefer (NÖ)

Stand: 11.01.2022