

Unruhige Kugel

Mediatoren helfen Familien, die über Corona streiten. Ihr Rat: An Heiligabend mal über etwas anderes reden!

Von Stefan Locke

Oft gibt es Konflikte, wenn sich die Familie zu Weihnachten trifft. Corona macht die Lage noch komplizierter, es droht politischer Streit über Impfungen und Lockdowns. Da können manchmal nur Mediatoren helfen.

Dass die Lage an den Feiertagen in diesem Jahr besonders schwierig werden könnte, ging einem Elternpaar aus Süddeutschland im Spätsommer auf, als die obligatorische Frage anstand, wer in diesem Jahr wen wann und wie besuchen würde. Vater und Mutter sollten, wie in den Jahren davor, zu ihrem jüngeren Sohn und dessen Familie ins Rheinland fahren. Nur würde, informierte sie dieser, der ältere Bruder aus dem Norden diesmal nicht dabei sein, weil er sich bisher nicht gegen Corona hatte impfen lassen. "Für die Eltern war das ein Schock", berichtet [Christa Kober](#), die in der Region Stuttgart als Familien-Mediatorin arbeitet. "Sie wollten den anderen Sohn nicht einfach ausschließen und waren nun verzweifelt, was sie machen sollten."

Kober und ihre Kolleginnen von der Bundesarbeitsgemeinschaft für Familien-Mediation werden in diesem Jahr häufig mit ganz ähnlichen Fragen konfrontiert. "Wir haben den Eindruck, die Nerven liegen wegen der aktuellen Lage blank", sagt sie. "Und wir sehen und spüren, dass viele regelrecht Angst haben vor den Feiertagen." Deshalb hat der Verband mit der Aktion "Friedliche Feiertage trotz Corona" reagiert. Bis Ende Dezember stehen dafür bundesweit telefonisch Mediatoren kostenfrei zur Verfügung, um Menschen die Möglichkeit zu geben, über ihre Sorgen ins Gespräch zu kommen. "Wir diskutieren jedoch nicht über Corona", stellt Swetlana von Bismarck klar, die Geschäftsführerin der Arbeitsgemeinschaft. "Wir zeigen den Leuten Möglichkeiten, wie sie miteinander in Kontakt bleiben und sich besinnen können auf das, was sie jenseits von Corona miteinander verbindet."

Weihnachten ist, wenn man so will, die jährliche Hauptversammlung der Familie. Was sich übers Jahr angesammelt hat, kommt dann entweder auf den Tisch oder wird beschwiegen, was in beiden Fällen schon in normalen Zeiten zu Konflikten führt. Corona setze da nun noch einen obendrauf, sagt von Bismarck. Vor allem die Impffrage führe zu Streit in Familien, und zwar in zweierlei Hinsicht: Einerseits gebe es schlichtweg Angst, sich oder andere zu infizieren, andererseits sei sie politisch so aufgeladen, dass manche Familienmitglieder überhaupt nicht mehr miteinander redeten. "Jetzt an Weihnachten wollen die meisten aber doch zusammenkommen und merken, dass das schwierig ist." Ein Problem, das das ganze Land umtreibt, wird man auch nicht unterm Baum lösen können, sagt von Bismarck. Deshalb rät sie, das Thema Corona auszusparen und stattdessen zu schauen, was die Familie jenseits davon verbindet sowie alternative Formen des Zusammenseins zu finden.

Das war auch die Lösung bei den Eltern aus Süddeutschland, die sich an [Christa Kober](#) gewandt hatten. "Gerade für Eltern sind Konflikte zwischen den Kindern belastend und schwer auszuhalten", sagt sie. Also sprach sie mit beiden Söhnen. Der Jüngere, bei dem sich die ganze Familie traditionell traf, hatte ganz allein entschieden, den ungeimpften Bruder nicht einzuladen. "Er wollte seine Kinder schützen und seine Frau, die in der Gesundheitsbranche arbeitet, nicht gefährden, hatte aber einsam eine unpopuläre Entscheidung getroffen, die für alle Folgen hat", erzählt Kober. Im Gespräch habe er

© Alle Rechte vorbehalten. Frankfurter Allgemeine Zeitung GmbH, Frankfurt. Zur Verfügung gestellt vom Frankfurter Allgemeine Archiv

dann verstanden, wie schmerzlich das gerade für die Eltern sei, die hin- und hergerissen waren, welchen Sohn sie nun zum Fest besuchen sollten. Eltern wollten, dass es gerecht zugehe, sie fürchteten sich vor einem Zusammenprall ihrer Kinder und hätten obendrein, wenn sie älter sind, auch die Sorge, das nächste Weihnachten nicht mehr zu erleben.

"Der Perspektivwechsel ist der erste Schritt", sagt Kober. Sich in die Lage des anderen hineinzusetzen und zu verstehen, warum er so entschieden hat, helfe oft, vermeintlich unüberwindbare Hürden zu nehmen. Positiv wirke auch, sich auf ein übergeordnetes Ziel zu berufen. Dies sei im beschriebenen Fall nicht Rücksicht auf die Eltern, sondern auf das System der Familie. Könnten sich alle darauf einigen, finde man auch eine Lösung. "Ich hab vorgeschlagen: Dann trefft euch halt draußen", sagt Kober. Und genauso soll es nun kommen. Die Eltern fahren traditionell zum jüngeren Sohn, der ungeimpfte Bruder reist mit dem Wohnmobil an, und die Familie trifft sich zu gemeinsamen Spaziergängen an der frischen Luft.

Corona macht die ohnehin komplizierte Besuchslogistik an den Feiertagen noch schwieriger. Im Vorteil ist, wer bereits vor dem Fest die größten Befindlichkeiten geklärt hat. So wie zwei junge Frauen, die sich mit ihrem Vater im Frühjahr über die Impffrage völlig zerstritten hatten. Der Vater sei ein Impfgegner, der Corona bagatellisiere und seine beiden Töchter davon habe überzeugen wollen. Jedenfalls hätten beide das Gefühl gehabt, dass er sie permanent mit E-Mails und Whatsapp-Mitteilungen zum Thema bedrängt habe, erzählt Monika Isabel Janku, Familien-Mediatorin aus Hessen. Der Streit sei schließlich so sehr eskaliert, dass sich Vater und Töchter nicht mehr getroffen und auch nicht mehr miteinander geredet hätten. Die Mutter habe hilflos dazwischengestanden. Die Aussicht auf ein trauriges Fest habe die Töchter dann bewogen, sich an Janku zu wenden.

Sie holte Töchter und Vater online zu einem Gespräch zusammen, bei dem jeder zunächst seine Sicht der Dinge geschildert habe. "Das lief überraschend gut", sagt Janku. "Alle drei waren vorbereitet, hatten sich pünktlich eingewählt und waren sehr emotional dabei." Das Überraschendste sei aber gewesen, dass der Begriff Corona nicht einmal erwähnt wurde. "Alle drei hatten vielmehr den riesigen Wunsch, sich zu sehen." Vor allem der Vater habe das größte Bedürfnis gehabt, dabei sein zu können, dazuzugehören. Dabei habe sich gezeigt, dass sein Nichtimpfen eigene Ausgrenzungsgefühle verstärkt hatte, dass es nur der Anlass war, die eigentlichen Probleme aber viel tiefer lagen. So habe den Vater etwa verletzt, dass ihn seine Töchter nur noch mit Namen und nicht mehr mit "Papa" angesprochen hatten. "Oft brechen bei solchen Sitzungen alte Familienthemen auf", sagt Janku. Am Ende habe sie alle erzählen lassen, was sie am jeweils anderen schätzten. So hätten die Töchter berichtet, was sie an ihrem Vater mochten und was ihnen gefehlt habe, als sie sich nicht gesehen hätten. "Da wurde es dann sehr emotional", erzählt Janku. Alle drei seien ganz nah an den Bildschirm gerückt, auch Tränen seien geflossen. Und am Ende sei dann das Wichtigste klar gewesen: Weihnachten verbringt diese Familie gemeinsam.

Wie stark die Pandemie das Verhältnis zwischen den Generationen belasten kann, selbst wenn alle Beteiligten geimpft sind, macht ein weiterer Fall deutlich, in dem traditionell die Großeltern zum Weihnachtsfest zu Besuch kommen und die Eltern deshalb größte Vorsicht walten lassen wollten. Die Mediatorin Sabine Langhirt aus der Rhein-Main-Region kann davon berichten. Der große Sohn einer Familie sei ständig ausgegangen und habe sich mit Freunden getroffen, worauf die Mutter eher verständnisvoll, der Vater jedoch mit Vorwürfen reagiert habe, weil er das Einschleppen von Corona befürchtete. Der Sohn sei egoistisch, nehme keine Rücksicht, denke nicht an die Großeltern und versauere mit seinem Verhalten das Weihnachtsfest, warf er diesem vor. Zugleich habe er seine Frau verurteilt, weil sie zu viel Verständnis für den Sohn aufbringe. Wenn das so weitergehe, könne man Weihnachten vergessen, habe er gesagt. Die Nerven lagen also blank.

"Der Konflikt zwischen Vater und Sohn wuchs sich hier zu einem Konflikt zwischen den Ehepartnern aus", erzählt Langhirt. "Ein solcher spitzt sich immer dann zu, wenn man andere für ihre Sicht auf die Dinge auch noch verurteilt." Auch hier brachte die Mediatorin alle drei Konfliktparteien an einen Tisch. Dabei habe der Sohn deutlich gemacht, dass er bereits das ganze Jahr über verzichtet und Rücksicht genommen habe, kaum ausgehen und sich nur selten mit Freunden treffen konnte und dass das die Eltern überhaupt nicht interessiert habe. Insbesondere der Vater wiederum hatte das für selbstverständlich gehalten. Zugleich hätten Mutter und Vater gemerkt, dass sie in ihrer Sicht auf das Verhalten ihres Sprösslings sehr ambivalent seien, der Vater also durchaus Verständnis gehabt und die Mutter auch die Gefahr gesehen habe. Doch beider Verhalten habe dazu beigetragen, die Situation zu eskalieren. "Je verständnisvoller sich die Mutter gab, umso strikter wurde der Vater und umgekehrt", sagt Langhirt. So etwas beobachte sie häufig auch bei anderen Konflikten.

"Auch hier ging es am Ende darum, sich die Sicht der anderen zu verdeutlichen", erklärt Langhirt. "Dadurch wuchs das Verständnis füreinander, und die Situation entspannte sich." Der Sohn habe schließlich eingewilligt, für die Zeit vor dem Fest aufs Weggehen zu verzichten. Das sei jedoch nur gelungen, weil er sich in die Lage der Eltern hineinversetzen konnte und diese auch für seine Bedürfnisse Verständnis gezeigt hätten. "Grundsätzlich hilft es, zu erzählen, wie es einem selbst mit dem Problem geht", sagt Langhirt. Wer dagegen mit Vorwürfen kommt, habe keine Chance. "Sätze wie 'Nie hörst Du mir zu!' oder 'Du denkst immer nur an dich!' vergrößern das Problem."

Was letztlich bleibt, ist die auch jenseits von Corona große Frage, ob Weihnachten in der Familie unter allen Umständen friedlich sein muss. "Nein", sagt sehr entschieden [Christa Kober](#). Das Schlimmste sei, dass alle immer dächten, dass es so sein müsse, weil es ihnen in der Kirche so gesagt werde. "Was für ein blödsinniger Anspruch", sagt Kober. "Ich sag immer: Lasst's doch mal krachen. Dann wird's halt g'schwind ein bisschen eisig im Raum, aber das hält man aus." Natürlich solle man sich nicht versteigen, aber ein paar klare Worte könnten wirken wie ein reinigendes Gewitter und seien letztlich für alle besser als erdrückendes Schweigen.