

Über die Bedeutung der drei und die triadische Relevanz der Mediation.
Aller guten Dinge sind drei

Ein Beitrag zur Wiki to Yes Mediationskolumne
Arthur Trossen - 29.11.2024 03:29 - (785 Zugriffe)



Die Zahl 3 spielt in verschiedenen Disziplinen eine bedeutende Rolle, insbesondere in der Psychologie, in der Philosophie und in anderen Bereichen wie der Mythologie, der Religion und der Kunst. Auch die Mediation bleibt von der Drei nicht verschont. Die Zahl begegnet uns dort ständig. Das hat etwas zu bedeuten. Vielleicht erklärt es die Magie der Mediation, wenn die Bedeutung der Drei in ihr geklärt wird.

Tatsächlich wurde mein Interesse an der Zahl Drei erst durch die Mediation geweckt. Auslöser waren die Konfliktdimensionen.¹ Nachdem ich mich damit auseinandergesetzt hatte, tauchte die Zahl Drei plötzlich immer häufiger auf. Und zwar so intensiv, dass ich mich fragte, ob es einen tieferen Zusammenhang zwischen der Drei und der Mediation gibt.

Um herauszufinden, welche Bedeutung dieser Zahl in der Mediation zukommt, soll zunächst ihre grundsätzliche Bedeutung untersucht werden. Es wird deutlich, dass der Drei nicht nur in der Mediation eine besondere Rolle zukommt. Die Drei begegnet uns überall im Leben. Offenbar fungiert sie als ein strukturierendes Prinzip. Sie ist aber auch ein symbolisches Element. In der Psychologie hilft sie, komplexe menschliche Verhaltensweisen und Persönlichkeitsstrukturen zu verstehen. In der Philosophie bietet sie einen Rahmen für dialektisches Denken und die Analyse der menschlichen Seele. In Mythologie, Religion, Kunst und Literatur wird die Zahl drei oft verwendet, um tiefere Bedeutungen und Strukturen zu vermitteln. Wir wollen uns das Vorkommen der Drei in den unterschiedlichen Bereichen einmal etwas genauer anschauen, bevor wir ihrem Aufkommen und ihrer Bedeutung in der Mediation nachgehen.

Die Präsenz der Drei im Allgemeinen

Beginnen wir mit der Mythologie und der Religion. Das Christentum kennt die Dreifaltigkeit (Vater, Sohn und Heiliger Geist). Der Hinduismus kennt die Trimurti (Brahma, Vishnu und Shiva). Damit werden die drei Hauptgötter, repräsentiert, die für Schöpfung, Erhaltung und Zerstörung verantwortlich sind. Die griechische Mythologie kennt die drei Moiren (Klotho, Lachesis und Atropos). Das sind die Schicksalsgöttinnen, die das Leben der Menschen bestimmen. In der nordischen Mythologie bestimmen die drei Nornen Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft.

Mathematische Eigenschaften

Mathematisch ist die Drei die erste ungerade Primzahl. Sie ist einzigartig, da sie sowohl die kleinste ungerade Zahl als auch die Summe der ersten beiden natürlichen Zahlen ($1 + 2$) ist. Als Primzahl ist die Drei nur durch 1 und sich selbst teilbar. Kommen wir zur Geometrie. Dort sind drei Punkte, die nicht auf einer Geraden liegen, erforderlich, um eindeutig eine Ebene zu definieren. Die drei Punkte spannen eine zweidimensionale Fläche. Wenn es sich um geschlossene Linien handelt, verdichtet sich die Form zu einem Dreieck. Das Dreieck stellt die einfachste geometrische Form dar. Deshalb ist die Drei eine Grundlage der Geometrie. Wenn sich die drei Linien in Dimensionen erstrecken,

entsteht daraus ein Körper.

Kunst und in der Literatur

Die Zahl Drei wird sowohl in der Kunst wie in der Literatur als ein strukturierendes Prinzip verwendet. Das Dreieck beispielsweise ist ein grundlegendes geometrisches Element, das in vielen Kunstwerken und Architekturen verwendet wird. Viele Geschichten folgen einer dreiteiligen Struktur (Einleitung, Hauptteil, Schluss). Die dreifache Wiederholung ist ein rhetorisches Mittel, das in der Literatur verwendet wird, um eine Idee zu betonen. Wir nähern uns der Mediation, wenn wir die Bedeutung der Zahl drei in der Psychologie zuwenden.

Psychologie

Die kognitive Psychologie weiß, dass Menschen dazu neigen, Dinge in Dreiergruppen zu erinnern (z. B. „Veni, vidi, vici“). Diese Regel der "Drei" macht Informationen einprägsamer und überzeugender. Der drei begegnen wir auch in dem Eisbergmodell.² Es wird in der Psychologie verwendet, um das Bewusstsein und das Unbewusste zu veranschaulichen. Das Eisbergmodell besteht aus drei Ebenen:

1. Bewusstsein: Die oberste Ebene, die den sichtbaren Teil des Eisbergs darstellt und die bewussten Gedanken und Handlungen umfasst.
2. Vorbewusstsein: Die mittlere Ebene, die Gedanken und Erinnerungen enthält, die nicht bewusst sind, aber leicht ins Bewusstsein gerufen werden können.
3. Unbewusstes: Die unterste Ebene, die den größten Teil des Eisbergs darstellt und die tiefsten, oft unzugänglichen Gedanken, Gefühle und Erinnerungen umfasst.

In der systemischen Psychologie wird der Mensch oft in drei Ebenen unterteilt:

1. Individuum: Die persönliche Ebene, die die individuellen Eigenschaften, Gedanken und Verhaltensweisen umfasst.
2. Familie: Die soziale Ebene, die die Beziehungen und Interaktionen innerhalb der Familie betrachtet.
3. Gesellschaft: Die gesellschaftliche Ebene, die die Rolle des Individuums in der größeren Gesellschaft und die damit verbundenen sozialen Normen und Erwartungen untersucht.

Verschiedene Persönlichkeitstheorien verwenden dreistufige Modelle, um die menschliche Psyche zu beschreiben. Ein bekanntes Beispiel ist Sigmund Freuds Strukturmodell der Psyche, das aus folgenden Komponenten besteht:

1. Es: Die instinktive, triebhafte Komponente, die die grundlegenden Bedürfnisse und Wünsche repräsentiert.
2. Ich: Die rationale, bewusste Komponente, die die Realität wahrnimmt und Entscheidungen trifft.
3. Über-Ich: Die moralische Komponente, die die internalisierten Werte und Normen der Gesellschaft repräsentiert.

Auch die Empathie kennt drei Erscheinungsformen:

1. kognitive Empathie: Die kognitive Empathie beschreibt eine rationale Perspektivübernahme. Man versteht, dass der andere leidet und kann dieses veratehen abstrakt als schlimm einschätzen. Diese Empathie löst jedoch kein Mitgefühl aus.
2. affektive Empathie: Die affektive Empathie entspricht der emotionalen Resonanz. Es werden neuronale Netzwerke aktiviert, die auch den eigenen Gefühlen zugrunde liegen. In solchen Fällen kommt es auch zu einer assoziierten körperlichen Reaktion.
3. soziale Empathie: Menschen verstehen die Lage, in der sich andere Personen befinden, und können sich in diese hineinversetzen. Sie wissen und spüren auch, was ihr Gegenüber in dieser Lage fühlt, und teilen seine Emotionen insofern in einem gewissen Rahmen. Im Unterschied zur affektiven Empathie können sie sich jedoch abgrenzen. Ihre eigene Gefühlswelt wird nicht völlig von der des anderen vereinnahmt.

Nicht zuletzt kann auch die Kommunikation in drei grundlegende Ebenen unterteilt werden:

1. Sachebene: digitale und verbale Kommunikation
2. Beziehungsebene: analoge und nonverbale Kommunikation
3. Metaebene: die Ebene auf der über die Kommunikation kommuniziert wird.

Sozialwissenschaft

Die Systemtheorie erlaubt es, dem Menschen drei Systeme zuzuschreiben. Die Zuschreibung macht deutlich, dass die Systeme zwar miteinander interagieren, aber dennoch eigenständig entscheiden. Die Interaktion ist eine Fehlerquelle.

1. biologische System: Das biologische System ist der Körper mit all seinen Wahrnehmungen, wozu auch die Emotionen zählen.
2. psychologische System: Das psychologische System ist der Verstand, der die Botschaften des Körpers verstehen muss.
3. soziales System: das soziale System ist die Kommunikation und in gewisser Weise auch die Wahrnehmung.

In der Philosophie begegnen wir der Zahl 3 beispielsweise in der Dialektik. Dabei handelt es sich um einen Denkansatz, der auf der These, Antithese und Synthese basiert:

1. These: Eine anfängliche Behauptung oder Idee.
2. Antithese: Eine gegensätzliche Behauptung oder Idee, die der These widerspricht.
3. Synthese: Die Auflösung des Widerspruchs durch die Integration der These und Antithese in eine höhere, umfassendere Idee.

Platon teilte die menschliche Seele in drei Teile ein:

1. Logistikon: Der rationale Teil, der für das Denken und die Vernunft verantwortlich ist.
2. Thymoeides: Der mutige Teil, der für Emotionen und Leidenschaften verantwortlich ist.
3. Epithymetikon: Der begehrende Teil, der für die körperlichen Bedürfnisse und Begierden verantwortlich ist.

Aristoteles identifizierte drei Einheiten, die eine gute Tragödie ausmachen:

1. Einheit der Handlung: Die Handlung sollte eine einheitliche, zusammenhängende Geschichte darstellen.
2. Einheit des Ortes: Die Handlung sollte an einem einzigen Ort stattfinden.
3. Einheit der Zeit: Die Handlung sollte innerhalb eines einzigen Zeitraums stattfinden, idealerweise innerhalb von 24 Stunden.

Die Präsenz der Drei in der Mediation

Die Mediation ist interdisziplinär. Deshalb werden einige der zuvor aufgeführten Dreiteilungen, wie beispielsweise das Eisbergmodell, die Empathie, die Dialektik usw. natürlich auch in der Mediation verwendet. Um der darüber hinausgehenden Bedeutung auf den Grund zu gehen, den die Zahl drei in der Mediation einnimmt, bietet sich - wie sollte es anders sein - eine Dreiteilung an. Die folgende Aufzählung beginnt mit dem Verfahren und seiner Struktur.

Beschaffenheit des Verfahrens

Die Mediation zählt zu den triadischen Verfahren, wo der Mediator als dritte Partei eingeschaltet wird. Aus dieser Konstellation ergibt sich ein Kommunikationsmodell, das sich durch die besondere Rolle des Mediators auszeichnet, der operativ nicht an der Falllösung beteiligt ist. Das Kommunikationsmodell unterstützt die Aufteilung der Mediation in drei systemische Ebenen:

1. Verfahrensebene: Auf dieser Ebene werden alle Verfahrenshandlungen und -entscheidungen abgewickelt
2. Fallebene: Die Fallebene betrifft die Arbeit am Fall einschließlich der dort vorzunehmenden operativen Handlungen.
3. Metaebene: Die Metaebene ist die Reflexionsebene über den Fall und das Verfahren.

Die unterschiedlichen systemischen Ebenen wirken sich auch auf die Struktur aus. Hier finden wir folgende Dreiteilung vor.

1. horizontale Struktur: Das ist die Phasenstruktur und der Phasenablauf
2. vertikale Struktur: Das ist die Werkzeugstruktur, mit der sich das Zusammenspiel der Werkzeuge beschreiben lässt.
3. diagonale Struktur: Das ist die Struktur, mit der die vorgenannten Strukturen zur Informationsverarbeitung verbunden werden.

Bitte beachten Sie, dass sich auch die Werkzeugstruktur aus drei Elementen zusammensetzt

1. Verfahren: Das Verfahren gibt Ziel und Rahmen vor, in dem sich die Protagonisten bewegen
2. Methoden: Die Methoden beschreiben das phasenabhängige Know-how, das sich am Verfahren ausrichtet.
3. Techniken: Die Techniken sind die Werkzeuge im engen Sinn, die sich an den Methoden ausrichten.

Ablauf des Prozesses

Der Ablauf der Mediation lässt sich über die Phasen strukturieren. Auch wenn von einem 5-phasigen Modell ausgegangen wird, beschränkt sich der eigentliche Entscheidungsprozess der Mediation auf drei Phasen, die den Gedankengang durch drei Welten führt:³

1. Phase 2: Darstellung der kaputten Welt, was alles nicht in Ordnung und zu korrigieren ist.
2. Phase 3: Darstellung der heilen Welt, wo sich die Kriterien für die Lösung finden lassen
3. Phase 4: Darstellung der realen Welt, wo sich Wege finden lassen, wie die heile Welt zu realisieren ist.

Auch die Bewertungsprozesse in der Mediation ergeben eine Dreiteilung, die mit dem 3-er Schritt der Bewertung

beschrieben wird. Der 3-er Schritt der Bewertung besagt, dass sich jede Bewertung aus drei Schritten zusammensetzen sollte:⁴

1. Zusammenstellung: Zusammenstellung der Kriterien (Phase drei)
2. Sammlung: Sammlung von Optionen
3. Bewertung: Bewertung der Optionen.

Bei der Mediation geht es nicht nur um die Bewertung der Lösungsoptionen. Es gibt eine übergeordnete Bewertung die sich ebenfalls aus einem Dreierschritt zusammensetzt:

1. Optionsbewertung: Bewertung der Optionen.
2. Nachbewertung: Die Bewertung der Optionen wird mit den Lösungsalternativen kombiniert
3. Lösungsbewertung: finale Bewertung.

Etwas mehr ins Detail gehend, stoßen Sie auf den 3-er-Schritt der Handlungsoptionen. Mediation-Optionen Menschen neigen dazu, direkt auf die Lösung zu achten. Was tue ich als nächstes? Was ist zu tun? Sind ihre typischen Fragen. Wenn es darum geht, herauszufinden was in der Mediation als nächstes zu tun ist, sollte bedacht werden, dass die Entscheidung drei gedankliche Schritte erfüllen muss.

1. Situationsanalyse: Bevor ein Mediator entscheiden kann, was zu tun ist oder nicht, sollte er die Lage korrekt beurteilen.
2. Mediationsanalyse: Bei der Mediationsanalyse handelt es sich um eine Prozessanalyse. Sie wird erforderlich, um die zuvor erarbeiteten Eckdaten der zu klärenden Situation, also die Antwort auf die Frage was aus welchem Motiv gerade geschieht, in den Prozess der Mediation einzubeziehen.
3. Fehlerquellenanalyse: Nach der Situationsanalyse und der Mediationsanalyse dürfte sich der Handlungsspielraum verengen. Trotzdem gibt es noch einen Strauß an Möglichkeiten, bei dem Fehler zu vermeiden sind.

Noch mehr ins Detail gehend, stoßen Sie auf Techniken, wie dem 3-er Schritt der Wahrnehmung, aus dem sich die Unterscheidung zwischen Fakten, Meinungen und Emotionen ableitet.

Mensch und Beteiligte

Bei der Themenschwerpunkt Mensch und Beteiligte kommt natürlich wieder das Eisbergmodell ins Spiel. Das 3-teilige Eisbergmodell erlaubt eine direkte Verknüpfung mit den Konflikten. Die Arbeit am Konflikt beginnt mit einer Konfliktanalyse, die in drei Schritten durchzuführen ist.

1. Parteien: Wer hat mit wem einen Konflikt
2. Konfliktdimensionen: Auf welcher Konfliktdimension bewegt sich der Konflikt
3. Eskalation: Wie hoch ist der Konflikt eskaliert.

Wenn schon von Eskalationen die Rede ist, sollte deren Dreiteilung herausgestellt werden. Zwar wird die Eskalation stets anhand der von *Glasi* entwickelten neun Eskalationsstufen dargestellt. Die neun Eskalationsstufen bestehen jedoch aus drei Abschnitten, die jeweils drei Stufen umfassen. Die drei Hauptabschnitte sind:⁵

1. Hauptschritt: sachbezogen-kooperativ
2. Hauptschritt: beziehungsbezogen-kompetativ
3. Hauptschritt: gewaltbezogen-destruktiv

Um die Wirkungsweise und Zusammenhänge der Konflikte zu verstehen sollte auf die drei Intelligenzzentren hingewiesen werden.

1. Kopf: Rationale Intelligenz (Verstand)
2. Herz: Emotionale Intelligenz (Gefühle und Emotionen)
3. Bauch: Instinkt (Identität und Prägung)

Mit dem Hintergrundwissen macht die Einteilung der Konflikte in die individuellen Konfliktdimensionen Sinn. Konfliktdimensionen sind eine inhaltsbezogene Konfliktart. Sie werden in folgende Dimensionen eingeteilt:

1. sachlich-intellektuelle Dimension: Die Ebene der Rationalität
2. sozio-emotionale Dimension: Die Ebene der Emotionalität
3. wertmäßig-kulturelle Dimension: Die Ebene der Prägung

Diese Dimensionen korrespondieren wiederum mit den Ebenen der Spiritualität, die sich auf verschiedene Aspekte des menschlichen Bewusstseins und Erlebens beziehen:

1. Denken: Die Ebene des Denkens bezieht sich auf den kognitiven Aspekt der Spiritualität. Es umfasst die Gedanken, Überzeugungen und Weltanschauungen eines Individuums.
2. Fühlen: Die Ebene des Fühlens bezieht sich auf den emotionalen und affektiven Aspekt der Spiritualität. Es umfasst die Gefühle, Empfindungen und emotionalen Reaktionen, die durch spirituelle Erfahrungen und Praktiken

ausgelöst werden.

3. Wollen: Die Ebene des Wollens bezieht sich auf den motivationalen und intentionalen Aspekt der Spiritualität. Es umfasst die Wünsche, Absichten und Ziele, die das Individuum in Bezug auf seine spirituelle Entwicklung und sein Leben hat.

Der Erkenntnisgewinn

Die Liste lässt sich sicherlich noch erweitern. Trotzdem, dürfte sie schon jetzt den verblüffenden Eindruck über die Häufigkeit von Dreierkonstellationen in der Mediation hinterlassen, so wie es mir einst ging. Wirklich aussagekräftig wird die Untersuchung aber erst, wenn die Konstellationen genutzt werden, um Ebenen zu identifizieren und Kombinationen herzustellen, wodurch sich die Struktur der Mediation verfeinert und ihre Handhabung optimiert. Eingangs wurde herausgestellt, dass die Zahl drei als ein strukturierendes Prinzip und als ein symbolisches Element fungiert, mit dem sich tiefere Bedeutungen und Strukturen vermitteln lassen. Diese Aufgabe kommt der Drei sicherlich auch in der Mediation zu. Die Drei hat aber nicht nur eine analytische, sondern auch eine gestaltende Funktion. Dabei geht es um die Herstellung von Ordnung und Balance. Die Geometrie mag diesen Gedanken unterstützen. Danach sind 3 Punkte erforderlich, um eine Ebene zu definieren. Es bedarf 3 Seiten, um ein Dreieck zu konstruieren. Das Dreieck ist das Symbol für Stabilität und Balance.

Arthur Trossen

1 Siehe dazu Konfliktdimensionen

2 Siehe Eisbergmodell

3 Siehe Phasenlogik und Gedankenwelten. Phase eins und fünf bilden den Rahmen.

4 Siehe dazu Mediation-Bewertung

5 Näher dazu siehe Eskalation