

## PORTRAIT

In meinen 30 Jahren als berufstätige Musikerin und als Mutter zweier unterdessen erwachsener Kinder haben mich nebst der Liebe zur Musik auch immer ein leidenschaftliches Interesse an Menschen und eine bewundernde Entdeckerfreude für Mediation bewegt. Die Ausbildung für meinen Zweitberuf absolvierte ich an der Berner Fachhochschule und am Institut für Kommunikation und Führung (ikf) in Luzern. Im Rahmen dieser Ausbildung habe ich mich in das Spezialgebiet der „Elder-Mediation“ vorgetastet. Die Kommunikation am Rande des Vergessens hat mich bei Arbeitseinsätzen in Altersheimen, aber auch bei Erfahrungen mit Demenz im persönlichen Umfeld immer schon sehr berührt. Die Beschäftigung mit Musik macht es möglich, scheinbar abgebrochene Brücken wieder zu begehen und verborgene musikalische Schätze zu entdecken.

Ich bin Mitglied des Schweizerischen Dachverbandes Mediation / SDM-FSM  
und des Schweizerischen Musikpädagogischen Verbandes / SMPV

## KONTAKT

Hanna Werner-Helfenstein  
Mattenbachstrasse 2d  
CH-8400 Winterthur

076 343 90 95  
mediation@rede-wendung.ch  
www.rede-wendung.ch



REDE  
WENDUNG

kommunikation · vermittlung · mediation

MUSIK  DEMENZ

## MEDIATION HEISST VERMITTLUNG

Sie ist ein mögliches Verfahren, Konflikte zu entwirren und zu lösen. Aussergerichtlich und auf freiwilliger Basis können mit Mediation Einigungen gefunden werden, die für alle Konfliktparteien tragbar und zufriedenstellend sind. Die Mediatorin nimmt darin die Rolle der Kommunikations-Helferin ein. Mit einer allparteilichen, wertfreien Haltung sucht sie gemeinsam mit den zerstrittenen Parteien nach deren wahren Bedürfnissen und Interessen, die sich hinter den verhärteten Positionen verbergen. Dabei kommen auch Gefühle wie Wut und Trauer auf den Tisch.



Immer dann, wenn zwei oder mehrere Menschen in ihrer Kommunikation blockiert sind, sei es durch Aggression, Überdross, Erschöpfung oder lähmende Hoffnungslosigkeit, kann eine neutrale Drittperson klärend und stärkend unterstützen.

Gefühle wie Wut, Ohnmacht, Trauer, Schmerz, die wir in Konflikten erleben, kann uns niemand „aus-reden“. Diese zu begreifen, zu verstehen und den Konflikt von allen Seiten betrachtend auf neue Art zu sehen, kann aber durchaus mit reden bewirkt werden.

Menschen in diesen „Rede-Wendungen“ unterstützend zu begleiten, ist mir ein grosses Bedürfnis.

## ANGEBOT MEDIATION

Mögliche Konflikte, bei denen ich Ihnen klärend zur Seite stehen kann, sind:

- Konflikte in Partnerschaft und Familie
- zwischen Eltern und Jugendlichen
- in der Nachbarschaft
- am Arbeitsplatz
- Zwischenmenschliche Herausforderungen im Alter

### Kosten

In der Regel benötigt man drei bis fünf Sitzungen, um einen Konfliktfall zu bearbeiten. Ich berechne 120.-/ Stunde. Eine Sitzung dauert 60-90 Minuten. Die Kosten werden üblicherweise von den Konfliktparteien gemeinsam getragen. Das erste Informationsgespräch (gerne per Telefon) ist unentgeltlich. Sollte der Weg nach Winterthur, vor allem für ältere Menschen, zu beschwerlich sein, kann die Mediation gerne in Ihrer Nähe stattfinden.

## ANGEBOT MUSIK UND DEMENZ

Instrumentalunterricht für Menschen mit einer Demenzerkrankung ist ein neues Angebot der Musikschule PROVA in Winterthur.

Wenn es immer weniger gelingt, die Wirklichkeit wahrnehmen, einordnen, angemessen beurteilen und beantworten zu können, entsteht zwangsläufig Befremdung, Unsicherheit, Angst oder Einsamkeit. Es erhöht die Lebensqualität enorm, wenn den erkrankten Menschen Erlebnisse ermöglicht werden, in denen sie sich als kompetent, orientiert und leistungsfähig erfahren. Dies zu erleben ist durch die Beschäftigung mit Musik möglich.

Ich unterrichte nach der Anke-Feierabend-Methode, mit deren Gründerin ich in regem Austausch bin ([www.musikunddemenz.de](http://www.musikunddemenz.de)). Je nach Bedürfnis findet der Unterricht im Atelier, bei Ihnen zuhause oder im Altersheim statt.

Anmeldung über die Webseite: [www.prova.ch](http://www.prova.ch)