

# EINFÜHRUNG IN DIE MEDIATION

Training

Coaching

Workshop

Mediation

 4 Stunden  
bis 5 Tage

 6 bis 15  
Personen



## KURZ GESAGT

Mediation ist ein außergerichtliches, vertrauliches und strukturiertes Verfahren zur Konfliktlösung, das in vielen Lebensbereichen eingesetzt werden kann. Die Konfliktparteien streben dabei mithilfe der unparteiischen Mediatorinnen und Mediatoren freiwillig und eigenverantwortlich eine einvernehmliche Beilegung des Konflikts an.



## ZIEL & NUTZEN

In diesem praxisnahen Training lernen die Teilnehmenden das 5-Phasen-Modell der Mediation kennen und probieren sich in der Haltung und im Selbstverständnis einer Mediatorin / eines Mediators aus. Dadurch wird die eigene Konfliktkompetenz gestärkt und Mediation als Mittel zur Konfliktbewältigung – im privaten wie beruflichen Kontext – kennen und schätzen gelernt.



## INHALTE

- Selbstverständnis und Prinzipien der Mediation
- Die fünf Phasen der Mediation
- Fragetechniken
- Interessen von Positionen unterscheiden
- Verhandlungstechniken nach dem Harvard-Konzept
- Methoden zur Entwicklung von Empathie in Gesprächen
- Selbstfürsorge in Konfliktsituationen
- Die Rolle der Gewaltfreien Kommunikation in der Mediation
- Kreativtechniken zur Konfliktbewältigung