



## ONLINE TRAINING IN DER GFK-MEDIATION

Freitag 28. - Sonntag 30.08.2020 & vier Übungstermine

Konflikte sind ein natürlicher Bestandteil unseres Zusammenlebens. Ganz gleich, ob am Frühstückstisch, im Büro, in der Schule, im wohlverdienten Jahresurlaub oder wenn soziale und politische Themen hoch kochen. Dies ist eine schlichte Tatsache, die weder gut noch schlecht ist. Wie können wir aus Konflikten den größten Nutzen ziehen? Wie können wir so zuhören, dass wir verstehen, was uns der Konflikt mitzuteilen hat?

### ZIELE UND INHALTE

In diesem Workshop erhalten Sie Anregungen dafür, wie Sie ihre Angst vor Konflikten transformieren können. So, dass die Neugier für die unerwarteten Möglichkeiten überwiegt, die mit Konflikten verbunden sind. Wir lernen die **GFK-Mediation** kennen (GFK=Gewaltfreie Kommunikation), wie sie von Marshall B Rosenberg begründet wurde. Sie legt Ihr Augenmerk von Anfang an auf den **Verbindungsaufbau** (versus Themensuche in der klassischen Mediation) aus dem heraus die Lösungen für die Situation wie von allein auftauchen.

#### Informelle Mediation:

Wie schreite ich ein, wenn ich in meiner Nähe einen Konflikt wahrnehme und die Betroffenen dabei unterstützen möchte, in Verbindung zu kommen?

#### Fähigkeiten, die Mediator\*innen für die Mediation brauchen:

- Empathisch zuhören - das Gesagte so übersetzen und wiedergeben, dass es zum Verbindungsaufbau beiträgt
- Die Konfliktparteien unterstützen einander zuzuhören
- Die Fertigkeit des Unterbrechen - auf eine Weise unterbrechen, die dem Dialog dient,,
- Erste-Hilfe-Empathie“ geben, wenn sie gebraucht wird; auf den Schmerz eingehen, der in dem jeweiligen Moment angerührt ist, und sanft beide Parteien in den Mediationsfluss lenken
- Verbindungs- und Handlungsbitten
- Selbsteinfühlung - so dass es uns auch in schwierigen Momenten gelingt, zurück in die Allparteilichkeit zu gelangen, um für beide Parteien und für uns selbst achtsam da sein zu können

### METHODE

Das Training findet per Videokonferenz (Zoom) statt und ist eine Mischung aus dem Input der Trainerinnen und viel praktischem Ausprobieren und Üben (alleine, zu zweit, zu dritt oder in der Großgruppe).

### ZIELGRUPPE

Das Training richtet sich an Menschen, die mit den grundlegenden Konzepten der Gewaltfreien Kommunikation (GFK) nach Rosenberg vertraut sind und Erfahrung damit gesammelt haben.

An alle, die Mitglied einer Konfliktgruppe sind, oder bereit sind, Gemeinschaften in der Lösung ihrer Konflikte durch Verbindung zu unterstützen. Zum Beispiel:

- Menschen, die in Teams arbeiten oder die Gruppen, Teams und Organisationen leiten
- Eltern, Familienmitglieder
- Menschen, die sich an Schulen engagieren
- Sozialarbeiter\*innen, Paar- und Familientherapeut\*innen
- Menschen, die im Bereich der Friedensbildung arbeiten (vor Ort oder auf Organisationsebene)
- Rechtsanwält\*innen, die sich in der Restorativen Justiz engagieren

An Mediator\*innen, die ihre Empathiefähigkeit und die Sprache der Bedürfnisse schulen und ausbauen sowie an ihrer Haltung arbeiten wollen.

### TERMINE UND KOSTEN

Die Kosten sind mit einer Preisspanne angegeben. Sie sind herzlich eingeladen, den Ihren finanziellen Möglichkeiten entsprechenden höchstmöglichen Betrag zu wählen. Mit Ihrem Beitrag unterstützen Sie uns darin, unsere Arbeit sowie unser ehrenamtliches Engagement nachhaltig fortführen zu können.

**Seminarpreis:** 560.- bis 925.- Euro (ggf. können Sie die Bildungsprämie nutzen:

[www.bildungspraemie.info](http://www.bildungspraemie.info))

Im Preis sind enthalten: Bereitstellung des Lehrraums in Zoom, Seminarunterlagen, die professionelle Begleitung in den Zoom Sitzungen sowie eine Teilnahmebescheinigung über 27 Zeitstunden (3,5 Tage anrechenbar auf CNVC-Zertifizierung). Maximal 12 Teilnehmende.

#### 1. Freitag 28. - Sonntag 30.08.2020

Fr 17 - 20 Uhr | Sa 10 - 13 und 15 - 18 Uhr | So 10 - 13 Uhr

#### 2. 3 Stunden individuelle Arbeit (1,5 vor Beginn des Kurses und 1,5 während der Dauer des Kurses)

#### 3. 4 Übungsgruppen-Termine à 3 Stunden; jeweils 9.30-12.30 Uhr

Mi 02.09. | Fr 04.09. | Mi 09.09. | Fr 11.09.2020

**ORT** - Dein Sofa in Zoom:).

### ANMELDUNG

Über das Institut für Restorative Praktiken. Für weitere Informationen sowie die Anmeldung wenden Sie sich bitte an: Judith Kohler ([jkohler@irp-berlin.de](mailto:jkohler@irp-berlin.de))

Alle Angebote des Instituts für Restorative Praktiken finden Sie unter [www.irp-berlin.de](http://www.irp-berlin.de).

### ÜBER DIE TRAINERINNEN



**Annett Zupke** ist seit 2007 als Trainerin für Gewaltfreie Kommunikation aktiv. Seit 2009 arbeitet sie mit der GFK-Mediation, wie sie diese von internationalen Schüler\*innen Marshall B Rosenbergs gelernt hat. Seit 2012 gibt sie dieses transformative Werkzeug zur Begleitung von Konflikten in Seminaren weiter. Sie verfolgt das Ziel, Menschen aller Lebensbereiche mit den grundlegenden Schritten dieses Ansatzes durch experimentelles Lernen vertraut zu machen, um behertzt in Konflikten als Vermittler\*innen aufzutreten. Für weniger Angst vor Konflikten und mehr Vertrauen in die Lernchance. Für eine höhere Bereitschaft sich einzumischen und dadurch Dialog zu fördern.

**Judith Kohler** schätzt als Mediatorin und Organisationsberaterin die Haltung der GFK, die sie seit 2006 lernt und praktiziert. Der Fokus auf Bedürfnisse - statt auf Aussagen und Handlungen - ist für sie eine kraftvolle Art, um voneinander zu verstehen, worum es im Konflikt geht. Um dann Lösungen zu erarbeiten, die für alle passen. Sie ist davon überzeugt, dass Konflikte das Potential haben, dass alle Beteiligten durch Dialog daran wachsen können, wenn es uns gelingt aus unseren Feindbildern auszusteigen. Sie freut sich darauf, die Seminarteilnehmer\*innen bei dieser Lernreise zu unterstützen und zu bestärken.

