



**Ist der Kontakt wiederhergestellt  
findet uns die Lösung!**

*Marshall B. Rosenberg*

# **Ausbildung in Mediation**

Berufsbegleitende 200 Stunden-Ausbildung  
nach den Standards des  
Bundesverbandes für Mediation

**April 2024 bis März 2025**

## **Mediation**

Wer kennt das nicht? Der Nachbar nervt, weil er gerne laute Musik hört. Die Schwiegermutter kommt zu Besuch und hat wie immer für jedes Problem einen gut gemeinten Ratschlag parat oder aber die Lehrer\*in Ihres Kindes hat keine plausible Begründung für die Fünf auf dem Zeugnis. Was als kleines Ärgernis beginnt, kann sich unter bestimmten Voraussetzungen zu ausgewachsenen Konflikten mit negativen Folgen für alle Beteiligten entwickeln.

Nicht nur im Privaten, sondern vor allem auch in Arbeitskontexten führen unbearbeitete Konflikte dazu, dass die Menschen sich nicht mehr wohl fühlen und an Lebensqualität verlieren. Die Konsequenzen sind mittlerweile gut dokumentiert: die Motivation und Freude sinkt und sogar psychische und körperliche Krankheiten können das Ergebnis eines konfliktbelasteten Arbeitsalltags sein. Manchmal scheint der einzige Ausweg dann nur noch eine (innere) Kündigung zu sein. Zudem sind die Folgen ungelöster Probleme nicht nur für die direkt am Konflikt Beteiligten zu spüren. Vielmehr betreffen sie darüber hinaus auch das mittel- und unmittelbare Umfeld und wirken sich entsprechend belastend auch auf die Familie, Freunde und Kollegen aus.

Kurz gesagt: Konflikte entfalten, wenn sie unbearbeitet bleiben, eine sich selbst verstärkende, destruktive Dynamik, die ab einer bestimmten Eskalationsstufe nur noch mit Hilfe von außen bewältigt werden kann. Spätestens an dieser Stelle kommt die Mediation als anerkanntes Verfahren zur Konfliktbearbeitung ins Spiel.

### **Was ist eigentlich Mediation?**

Mediation ist ein strukturiertes Verfahren, das zum Ziel hat Konflikte zur Zufriedenheit aller, nachhaltig und lösungsorientiert zu transformieren. Anders als z.B. in einem ordentlichen Gerichtsverfahren geht es in der Mediation eben nicht darum herauszufinden, wer wieviel Schuld an der Situation trägt und welche Strafen nun entsprechend zu verhängen sind (Win-Lose). Es geht in der Mediation auch nicht darum, Kompromisse zu finden, da sie die Gefahr bergen, dass sich beide Streitparteien zumindest teilweise als Verlierer fühlen können. Vielmehr erhebt die Mediation den Anspruch, die Konfliktparteien in die Lage zu versetzen, gemeinsam und selbstverantwortlich Lösungen zu finden, mit der sich alle Beteiligten nachhaltig als Gewinner fühlen können (Win-Win).

Die Voraussetzung für eine solche „Win-Win-Lösung“ ist allerdings, dass im Verfahren auch die tieferliegenden Ursachen für den Konflikt gefunden und bearbeitet wurden. Eine Aufgabe von Mediatoren ist es also, die Konfliktparteien darin zu unterstützen herauszufinden, was ihnen in der Auseinandersetzung tatsächlich gefehlt hat, was hat sie wirklich verletzt und was sie brauchen, um die Situation befrieden zu können und die Wunden heilen zu lassen. Nur so können nachhaltig zufrieden stellende Lösungen gefunden werden und Konflikte auch ihre konstruktiven Kräfte entfalten.

Was sind die Inhalte/ Was lerne ich in der Ausbildung?

Folgerichtig erlernen Sie in der Weiterbildung neben der Organisation und Durchführung einer Mediation auch die mediationsrelevanten theoretischen Grundlagen aus den Bereichen Kommunikation- und Konfliktmanagement sowie der Psychologie kennen. Der theoretische Unterbau wird durch eine vielseitige Auswahl an Gesprächs- und Interventionsmethoden erweitert, die insbesondere in der systemischen Arbeit angewandt werden und darüber hinaus auf die Gewaltfreie Kommunikation nach Marshall Rosenberg zurückgehen.

Ein hoher Praxisanteil unterstützt sie dabei, das erworbene theoretische Wissen in Rollenspielen und Übungen auszuprobieren und zu vertiefen. Darüber hinaus lernen Sie verschiedene Einsatzbereiche der Mediation und ihre Besonderheiten kennen. Daneben bietet die Ausbildung eine gute Möglichkeit auch persönlich zu wachsen, indem man sich die eigenen Konfliktstrategien, Kommunikationsmuster und ihre Triggerpunkte anschaut. So wird eine fundierte Grundlage dafür geschaffen, als Mediator\*in authentisch, professionell und wertschätzend arbeiten zu können.

Am Ende der Ausbildung zur Mediator\*in sind Sie dazu in der Lage, eine Vermittlung im Streitfall zwischen zwei oder mehreren Personen zu strukturieren, dokumentieren und einer Lösung zuzuführen, die kostengünstiger und zeitsparender ist sowie eine höhere Akzeptanz hat, als das Urteil eines Gerichts. Und ganz bestimmt stärken Sie Ihre persönliche Konfliktfähigkeit und erweitern ihre Möglichkeiten, auch abseits eines offiziellen Mediationsverfahrens, in schwierigen Situationen echt, klar und emphatisch zu bleiben.

### **An wen richtet sich die Ausbildung?**

Zu dieser Ausbildung in Mediation sind grundsätzlich Menschen aus allen Lebensbereichen und Berufen und jeden Alters willkommen, die sich in einer anderen Art der professionellen Konfliktlösung weiterbilden möchten. Entsprechend richtet sie sich u.a. an Menschen, ...

... die in sozialen, pädagogischen, beratenden, juristischen Berufen arbeiten

... die am Arbeitsplatz, in Institutionen und Organisationen mit Konflikten zu tun haben

... die einfach ihre persönliche Konfliktkompetenz stärken oder im Bereich „Mediation“ arbeiten wollen.

### **Teilnahmevoraussetzungen**

Einlassen auf das Lernen in und mit einer Gruppe, Bereitschaft zur Anwendung der Mediation in beruflichen, gesellschaftlichen oder privaten Lebensbezügen, Bereitschaft zur Auseinandersetzung mit dem eigenen Konfliktverhalten in Gruppenprozessen, Übungen und Rollenspielen und nicht zuletzt Neugierde.

### **Ausbildungs-Zertifikat**

Die Ausbildung entspricht in Art, Umfang und Struktur den Standards, wie sie vom „Bundesverband Mediation e.V.“ entwickelt wurden. Die Ausbildung ist so konzipiert, dass die im Mediationsgesetz und dem Verordnungsentwurf hierzu geforderten Inhalte enthalten sind. Das Zertifikat wird ausgestellt von der Katholischen und Evangelischen Erwachsenenbildung Osnabrück und dem Bildungswerk ver.di in Niedersachsen e.V., Region Osnabrück.

### **Inhalte und Module der Mediationsausbildung 2024/2025**

Die 200 Std.-Ausbildung nach den Standards des Bundesverband Mediation e.V. besteht aus neun Modulen: 7 Wochenenden (Fr./Sa.) inkl. Kolloquium und 2 Bildungsurlaubswochen (Mo.–Fr.). Zwischen den einzelnen Modulen besteht die Möglichkeit, in selbst gewählten Intervisionsgruppen miteinander zu üben und das Gelernte zu vertiefen. Diese Intervisionsgruppen haben einen Umfang von mindestens 23 Stunden und sind ein Bestandteil der 200 Stunden.

#### **1. Modul: 19. - 20. April 2024, (14,5 Zeitstunden)**

##### **Einführung in die Konflikttheorie für Mediator\*innen**

- Methoden der Konfliktbearbeitung
- Theorie und Dynamik des Konflikts
- Reflexion des eigenen Konflikt- und Kommunikationsverhaltens als Vorbereitung für die Mediation

#### **2. Modul: 17. – 21.06.2024 (Bildungsurlaub, 36,5 Zeitstunden)**

##### **Grundlagen und Rahmen der Mediation I und mediative Kommunikation**

- Methodische Grundlagen der Konfliktbearbeitung
- Struktur und Aufbau eines Mediationsgesprächs I
- Aufgaben und Selbstverständnis der Mediator\*in
- Kommunikationstheoretische Grundlagen für Mediator\*innen
- Einführung in die Gewaltfreie Kommunikation nach Marshall B. Rosenberg
- Bedeutung von Gefühlen, Interessen und Bedürfnissen für die Konfliktbearbeitung

**3. Modul: 30. - 31. August 2024, (14,5 Zeitstunden)**

**Grundlagen und Rahmen der Mediation II und rechtliche Rahmenbedingungen**

- Struktur und Aufbau eines Mediationsgesprächs II
- Mediation - Abgrenzung zu anderen Verfahren
- Rechtliche Rahmenbedingungen

**4. Modul: 27. - 28. September 2024, (14,5 Zeitstunden)**

**Methodenkoffer für Mediator\*innen**

- Fragetechniken und systemische Tools der Konfliktbearbeitung
- Umgang mit schwierigen Situationen und starken Emotionen
- Rollenspiele auf Basis realer Konflikte

**5. Modul: 25. – 26. Oktober 2024, (14,5 Zeitstunden)**

**Psychologische Grundlagen der Konfliktbearbeitung**

- Persönlichkeitsstile - und Störungen erkennen
- Kommunikationsmuster und ihr Einfluss auf die Konfliktbearbeitung
- Umgang mit Widerstand und psychischen Beeinträchtigungen in der Mediation

**6. Modul: 15. - 16. November 2024, (14,5 Zeitstunden)**

**Interkulturelle Mediation**

- Kultur, Diversity und Kulturdimensionen
- Vorurteile, Feindbilder und Konflikte
- Kulturelle Identität und die Rolle von Triggern für die Arbeit als Mediator\*in

**7. Modul: 24. – 25. Januar 2025, (14,5 Zeitstunden)**

**Mediation in Familie und Partnerschaft**

- Besonderheiten und Interventionsmöglichkeiten in der Paarmediation
- Herausforderungen und Notwendigkeiten in Scheidungs- und Trennungsmediationen
- Umgang mit Kindern und Jugendlichen in der Konfliktbearbeitung

**8. Modul: 17. – 21. Februar 2025, (Bildungsurlaub, 36,5 Zeitstunden)**

**Mediation in Gruppen und Teams (Bildungswoche)**

- Besonderheiten und Herausforderungen für Mediationen mit Mehrparteien aus systemischer Sicht
- Konfliktypologie und Konfliktanalyse in Unternehmen und Organisationen
- Umgang mit dem „Klassiker“: Konflikte in Veränderungsprozessen
- Der Einfluss von Macht und Hierarchien auf den Mediationsprozess
- Systemische Interventionsmöglichkeiten und Techniken für die Arbeit mit Gruppen und Teams

**9. Modul: 21. – 22. März 2025, (14,5 Zeitstunden)**

**Kolloquium, Abschluss und Visionsarbeit**

- Entwicklung von Perspektiven für die eigene Mediationspraxis
- Selbstmanagement von Mediator\*innen
- Abschlusskolloquium und feierliche Übergabe der Zertifikate

## **Vorstellung der Kursleiterin**

### *Zwischentöne – Kommunikation und Konfliktmanagement*

#### **Nicole Rahe M.A.**

Studierte Politikwissenschaftlerin, Ausbilderin BM® (Lizenz des Bundesverbandes für Mediation), arbeitet nach ihrer Ausbildung im ORCA-Institut seit 2011 freiberuflich als Mediatorin und Trainern im Bereich Kommunikation und Konfliktmanagement. Neben ihrer Tätigkeit als Mediatorin hat sie an der Universität Osnabrück gearbeitet. Seit 2017 ist sie zudem systemisch - integrative Sozialtherapeutin. Seit einigen Jahren arbeitet sie verstärkt mit Gruppen und Führungskräften in Organisationen und Einrichtungen in den Bereichen Mediation, Konfliktberatung und persönliche Weiterentwicklung. Außerdem konzipiert und leitet sie Seminare und Workshops zu unterschiedlichen Schwerpunkten im Bereich Kommunikation und Konfliktmanagement. Nicht zuletzt im Alltag als Mutter von zwei aufgeweckten Kindern ist sie dann und wann als Übersetzerin von Bedürfnissen und Gefühlen im Einsatz.

#### **Methoden**

In der Ausbildung wird grundsätzlich teilnehmer\*innenorientiert gearbeitet, d.h. im Rahmen des Angebotes können die Schwerpunkte nach den Interessen der Teilnehmer\*innen verschoben werden. Die Teilnehmenden werden bei der Erarbeitung eines eigenen Praxisprofils unterstützt. Die Seminarkultur, in der eine wertschätzende Haltung angestrebt wird, ermöglicht, persönliche Fähigkeiten und Entwicklungspotentiale auszuschöpfen. Die vertrauliche Atmosphäre im Seminar stellt ein effektives und praxisrelevantes Lernen sicher, in dem Kompetenzen erlebt und in die Persönlichkeit integriert werden können.

Theorie und Praxis der Mediation werden durch Impulsreferate, Diskussionen und Übungen zur Selbst- und Fremdwahrnehmung allein, in Paaren oder in Kleingruppen erarbeitet. Auch Theorien aus angrenzenden Konfliktbearbeitungsmethoden werden berücksichtigt. Schwerpunkt der Ausbildung sind intensive Rollenspiele mit anschließendem Feedback aus der Gruppe und von dem Trainerteam. Praxisorientierung und Anwendungsfähigkeit haben einen hohen Stellenwert in der Ausbildung. Meditation, Körper-, Konzentrations- und Entspannungsübungen dienen der Zentrierung und sorgen für eine ausgeglichene Lernatmosphäre.

Die Teilnehmer\*innen bilden selbst Intervisionsgruppen zum Üben und Vertiefen des Erlernten außerhalb der Seminarzeiten.

#### **Schnupper- und Entscheidungsveranstaltung für Interessierte / Info-Veranstaltung**

Die Veranstaltung dient dazu, das Konzept, die Kursleitung und ihre Arbeitsweise kennen zu lernen sowie die eigenen Erwartungen abzuklären. Sie sollen Entscheidungshilfe für die Anmeldung zu der langfristigen Ausbildung bieten.

#### **Organisatorisches**

- Info-Veranstaltung: Dienstag, 20.02.2024, 18:00 - 20:00 Uhr, Online via Zoom
- Ihre Investition: 4.224,00 € (Zahlung in 3 Raten nach Absprache möglich)
- Veranstaltungsorte: Christuskirchengemeinde Belm (Wochenenden)  
Katholische Familien-Bildungsstätte (Bildungsurlaube)
- Zeitlicher Umfang: 200 Zeitstunden, inkl. Supervision und Intervention
- Teilnahmezahl: mindestens 7 Personen, maximal 18 Personen

## Regelungen zur Anmeldung

Der Besuch einer Informationsveranstaltung dient sowohl den Teilnehmer\*innen als auch den Veranstaltern als Entscheidungsgrundlage für die Teilnahme an der Gesamtreihe.

Melden Sie sich bitte mit den Anmeldebögen unten zur Infoveranstaltung und zur Ausbildung an.

## Kooperationspartner der Ausbildung

Evangelische Erwachsenenbildung  
Region Osnabrück



Katholische Erwachsenenbildung  
Osnabrück



Bildungswerk ver.di  
Region Osnabrück



## Kontakt für Rückfragen

Christian Bode  
pädagogischer Mitarbeiter  
Geschäftsführer

Evangelische Erwachsenenbildung Osnabrück  
Arndtstraße 19  
49080 Osnabrück

05 41 / 409977-65  
01 51 / 74 44 18 40

[christian.bode@evlka.de](mailto:christian.bode@evlka.de)  
[www.eeb-osnabrueck.de](http://www.eeb-osnabrueck.de)

# Anmeldung zur Informationsveranstaltung

der berufsbegleitenden Ausbildung  
von April 2024 bis März 2025

Ich melde mich zur Einführungs-/ Informationsveranstaltung an:

20.02.2024 18:00 - 20:00 Uhr Online via Zoom

Unter Anerkennung der Teilnahmebedingungen melde ich mich verbindlich zur berufsbegleitenden Ausbildung Mediation an.

Name: \_\_\_\_\_

Vorname: \_\_\_\_\_

Geb.-Datum: \_\_\_\_\_

Straße: \_\_\_\_\_

PLZ, Ort: \_\_\_\_\_

Telefon priv.: \_\_\_\_\_

Telefon dienstl.: \_\_\_\_\_

E-Mail: \_\_\_\_\_

Fax: \_\_\_\_\_

Beruf: \_\_\_\_\_

Arbeitgeber: \_\_\_\_\_

Ort, Datum: \_\_\_\_\_

Unterschrift: \_\_\_\_\_

Bitte senden Sie Ihre Anmeldung an:

**Evangelische Erwachsenenbildung Osnabrück**  
**Arndtstraße 19, 49080 Osnabrück**

oder per E-Mail an [eeb.osnabrueck@evlka.de](mailto:eeb.osnabrueck@evlka.de)

## **Anmeldung zur Ausbildung Mediation von April 2024 bis März 2025**

Unter Anerkennung der Teilnahmebedingungen melde ich mich verbindlich zur berufsbegleitenden Ausbildung Mediation an.

Name: \_\_\_\_\_

Vorname: \_\_\_\_\_

Geb.-Datum: \_\_\_\_\_

Straße: \_\_\_\_\_

PLZ, Ort: \_\_\_\_\_

Telefon priv.: \_\_\_\_\_

Telefon dienstl.: \_\_\_\_\_

E-Mail: \_\_\_\_\_

Fax: \_\_\_\_\_

Beruf: \_\_\_\_\_

Arbeitgeber: \_\_\_\_\_

Ort, Datum: \_\_\_\_\_

  

Unterschrift: \_\_\_\_\_

Bitte senden Sie Ihre Anmeldung an:

**Evangelische Erwachsenenbildung Osnabrück  
Arndtstraße 19, 49080 Osnabrück**

**oder per E-Mail an [eeb.osnabrueck@evlka.de](mailto:eeb.osnabrueck@evlka.de)**