



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

6 Präsenz-Module am Freitag / Samstag  
1 Online-Modul am Freitag / Samstag  
2 Module anerkannter Bildungsurlaub von Montag bis Freitag

**Mai 2025 bis Juni 2026**

## **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 empathisch 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.

Besonders zu empfehlen für Menschen, die sich in Personal- und Betriebsräten engagieren und die mit Personal- und Führungsaufgaben betraut sind.

### **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-Bescheinigung**

Die Ausbildung entspricht in Art, Umfang und Struktur den Standards, wie sie vom „Bundesverband Mediation e.V.“ entwickelt wurden. Die Leitung ist lizenzierte Ausbilderin des Bundesverbandes. Die Ausbildung ist so konzipiert, dass die im Mediationsgesetz und dem Verordnungsentwurf hierzu geforderten Inhalte enthalten sind. Die Ausbildungsbescheinigung wird ausgestellt von der Evangelischen Erwachsenenbildung Osnabrück, dem Bildungswerk ver.di in Niedersachsen e.V. sowie Nicole Rahe, Zwischentöne - Kommunikation & Konfliktmanagement.

### **Zertifizierung gemäß Mediationsgesetz**

#### **und Lizenzierung gemäß den Standards des Bundesverbandes Mediation**

Wir begleiten Sie auf Ihrem persönlichen Ausbildungsweg.

Für das Führen des Titels „Zertifizierte:r Mediator:in“ gemäß Mediationsgesetz ist die Voraussetzung die Teilnahme an den Ausbildungsmodulen sowie der Nachweis von fünf eigenorganisierten, durchgeführten und supervidierten Mediationen. Die Supervision Ihrer Mediationen bieten wir als Zusatzleistung an. Für die Lizenzierung gemäß den Standards des Bundesverbandes Mediation sind weitere Leistungen zu erbringen. Auch hier begleiten wir Sie, um den Titel Mediator:in BM® führen zu können.

## **Inhalte und Module der Mediationsausbildung**

Die Ausbildung besteht aus neun Modulen: 7 Wochenenden (Fr./Sa.) inkl. Kolloquium und 2 Bildungsurlaubswochen (Mo.–Fr.). Ein Wochenende findet online statt. 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 Bestandteil der 200 Stunden.

### **1. Modul: 09.-10. Mai 2025, (14,5 Zeitstunden)**

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

- Kennenlernen und einen sicheren Arbeitsrahmen schaffen
- Theorie und Dynamik des Konflikts
- Reflexion des eigenen Konflikt- und Kommunikationsverhaltens als Vorbereitung für die Mediation
- Abgrenzung zu anderen Verfahren

### **2. Modul: 27.-28. Juni, (14,5 Zeitstunden)**

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

- Grundlagen der Kommunikation und Kommunikationstechniken
- Einführung in die Haltung und Methode der Gewaltfreie Kommunikation nach Marshall B. Rosenberg als Werkzeug in der Mediation
- Bedeutung von Gefühlen, Interessen und Bedürfnissen für die Konfliktbearbeitung
- Empathisches Zuhören als Grundhaltung in der Mediation

### **3. Modul: 22.-26. September 2025 (Bildungsurlaub, 36,5 Zeitstunden)**

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

- Die 5 Phasen der Mediation: Struktur und Ablauf einer Mediation
- Recht der Mediation
- Methoden und Gesprächstechniken in der Mediation
- Verhandlungstechniken- und Kompetenzen
- Aufgaben und Selbstverständnis der Mediator:in
- Bildung der Intervisionsgruppen

### **4. Modul: 10.-11. Oktober 2025, (14,5 Zeitstunden)**

#### **Schmerz - Trauer - Empathie**

- Umgang mit schwierigen Situationen und starken Emotionen
- Wertschätzung und Bedauern in der Mediation
- Umgang mit den eigenen Gefühlen
- Rollenspiele auf Basis realer Konflikte

## **5. Modul: 7.-8. November 2025, (14,5 Zeitstunden)**

### **Mediation in Familie und Partnerschaft**

- Besonderheiten und Interventionsmöglichkeiten in der Paarmediation/  
Trennungs-Scheidungsmediation
- Umgang mit Kindern und Jugendlichen in der Konfliktbearbeitung
- Recht in der Mediation

## **6. Modul: 5.-6. Dezember 2025, (14,5 Zeitstunden), Online-Wochenende** **Online-Mediation und Psychologische Grundlagen der Konfliktbearbeitung**

- Online-Mediation
- Rahmen und Voraussetzungen: Was ist anderes? Was bleibt gleich?
- Rollenspiel im Online- Modus
- Persönlichkeitsstile und Kommunikationsmuster

## **7. Modul: 16.-17. Januar 2026, (14,5 Zeitstunden)**

### **Interkulturelle Mediation**

- interkulturelle Aspekte der Mediation oder Aspekte einer interkulturellen Mediation
- Vorurteile und Feindbilder
- Werte und kulturelle Identität
- Mediation und Gerechtigkeit

## **8. Modul: 9.-13. Februar 2026, (Bildungsurlaub, 36,5 Zeitstunden)**

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

- Besonderheiten und Herausforderungen in Mehrparteien- und Gruppen aus systemischer Sicht
- Konflikttypologie und Konfliktanalyse in Unternehmen und Organisationen:
  - u.a. die Rolle von Kompetenzen und Präferenzen
- Gruppen und Gruppendynamik
- Der Einfluss von Macht und Hierarchien auf den Mediationsprozess
- Interventionstechniken für die Arbeit mit Gruppen und Teams
- Mediation in der Arbeitswelt

## **9. Modul: 13.-14. März 2026, (14,5 Zeitstunden)**

### **Kolloquium, Abschluss und Visionsarbeit**

- Entwicklung von Perspektiven für die eigene Mediationspraxis
- Selbstmanagement von Mediator\*innen
- Abschlusskolloquium und Feier des Ausbildungsabschlusses

## **Vorstellung der Kursleiterin**

### ***Zwischentöne – Kommunikation & Konfliktmanagement***

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

Studierte Politikwissenschaftlerin, zertifizierte Mediatorin und Ausbilderin für Mediation BM® (Lizenz des Bundesverbandes für Mediation) und systemisch - integrative Sozialtherapeutin. Nach ihrer Ausbildung im ORCA-Institut arbeitet sie seit 2011 freiberuflich als Mediatorin und Trainern im Bereich Kommunikation und Konfliktmanagement.

Ein thematischer Schwerpunkt ist die Arbeit mit Gruppen und Führungskräften in Organisationen und Einrichtungen in den Bereichen Mediation, Konfliktberatung und persönliche Weiterentwicklung. Außerdem konzipiert und leitet sie Seminare und Workshops 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.

[https://www.xing.com/profile/Nicole\\_Rahe](https://www.xing.com/profile/Nicole_Rahe)

#### **Methoden**

In der Ausbildung wird grundsätzlich teilnehmer:innenorientiert gearbeitet. Die Teilnehmenden werden bei der Erarbeitung eines eigenen Praxisprofils unterstützt. Im Rahmen einer wertschätzenden und kooperativen Lernumgebung können persönliche Fähigkeiten und Entwicklungspotentiale entdeckt und gestärkt werden. 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. Ein wichtiger Aspekt der Ausbildung sind intensive Rollenspiele mit anschließendem wohlwollenden Feedback. 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.

#### **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: Mittwoch, 26. Februar, 10:00 - 21:00 Uhr, Online via Zoom
- Ihre Investition: 4.400,00 € (Frühbucherrabatt in Höhe von 10% bis 31.1.2025, Zahlung in 3 Raten möglich)
- Veranstaltungsort: LandvolkHochschule Oesede
- Zeitlicher Umfang: 200 Zeitstunden, inkl. Intervention
- Teilnehmezahl: mindestens 10 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 Ausbildung.

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

Irmgard Diewald  
Regionalleitung

Bettina Fuchs  
Verwaltung

Bildungswerk ver.di in Niedersachsen e.V. - Region Osnabrück  
Kollegienwall 3-4, 49074 Osnabrück

Telefon 0541 3574030  
osnabrueck@bw-verdi.de  
www.bw-verdi.de

# Anmeldung zur Informationsveranstaltung

Ich melde mich zur Einführungs-/ Informationsveranstaltung an:

26.02.2025 19:00 - 21:00 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:*

Bildungswerk ver.di in Niedersachsen e.V.  
Region Osnabrück  
Kollegienwall 3-4  
49074 Osnabrück

osnabrueck@bw-verdi.de  
www.bw-verdi.de



## **Anmeldung zur Ausbildung Mediation von Mai 2025 bis Juni 2026**

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:*

Bildungswerk ver.di in Niedersachsen e.V.  
Region Osnabrück  
Kollegienwall 3-4  
49074 Osnabrück

osnabrueck@bw-verdi.de  
www.bw-verdi.de