

zum Thema

Umgang mit starken Emotionen

Ein eskalierter Konflikt ist oft davon begleitet, dass Sachthemen plötzlich mit hoher Emotionalität vorgebracht werden. Die Parteien sind betroffen, verärgert, traurig, aggressiv. Heftigen Gefühlen zu begegnen und diese zugleich als Ressource für die konstruktive Konfliktklärung zu nutzen, das wird Thema der 3. Berliner Mediationswerkstatt sein. Adelheid Kastner spricht zur Einführung über Wut, einem verpönten Gefühl. Den zweiten Tag eröffnet Christian Prior mit einem Vortrag über die Kunst

des klaren Blicks und ruhigen Atems. Anschließend stellen erfahrene Mediatoren/innen dar, wie sie in emotionalen Situationen arbeiten. Besuchen Sie die Workshops Ihrer Wahl, erproben Sie die vorgestellten Methoden, und setzen Sie so Ihre eigenen Schwerpunkte. Am Ende eines jeden Tages werden die Erfahrungen der Workshops im Plenum zusammengeführt. Den Abschluss des Freitags gestaltet das Playbacktheater »Die Spiegelneuronen«.

1^{UND} 2 OKTOBER

DONNERSTAG 1. OKTOBER 2015

9 - 9.45 Uhr **VORTRAG**

Heidi Kastner Wut – Plädoyer für ein verpöntes Gefühl

10-12.30 Uhr **WS 1**

Doris Fiedler

Die lösungsfördernde Kraft unangenehmer Gefühle

Mediation im Spektrum zwischen GFK und Klärungshilfe

WS 2

Birgit Keydel

»Du bist schuld und wirst dafür büßen!«

WS 3

Frank Schubert

Integration von Qi Gong und Entspannungstechniken in die Konfliktarbeit

WS 4

Dirk Splinter

The power of sha:re Lebensgeschichten erzählen im Dialog

WS 5

Ed Watzke

»Wie Du mir so ich Tier!« – Über das anthropomorphe Bestiarium

12.30 - 14 UHR MITTAGSPAUSE

14-16.30 Uhr **WS 1**

Doris Fiedler

Die lösungsfördernde Kraft unangenehmer Gefühle

Mediation im Spektrum zwischen GFK und Klärungshilfe

WS 2

Birgit Keydel

»Du bist schuld und wirst dafür büßen!«

WS 3

Frank Schubert

Integration von Qi Gong und Entspannungstechniken in die Konfliktarbeit

WS 4

Dirk Splinter

The power of sha:re Lebensgeschichten erzählen im Dialog

WS 5

Ed Watzke

»Wie Du mir so ich Tier!« – Über das anthropomorphe Bestiarium

17 - 18 Uhr **ABSCHLUSS**

Birgit Keydel und **Peter Knapp** Erfahrungen, Erkenntnisse und Irritationen des ersten Tages

FREITAG 2. OKTOBER 2015

9 - 9.45 Uhr **VORTRAG**

Christian Prior Embodied Klärungshilfe- von der Kunst des klaren Blicks und ruhigen Atems

10-12.30 Uhr	WS 6 Jutta Höch-Corona Gefühle und andere Mediations-Monster	WS 7 Aniko Kaposvari Über die Nase des Cyrano de Bergerac: Stillübungen	WS 8 Peter Knapp »Bleiben Sie mal sachlich!«	WS 9 Christian Prior Embodied Klärungshilfe – von der Kunst des klaren Blicks und ruhigen Atems	WS 10 Lisa Waas Der Humor von MediatorInnen – Anregungen zur inneren Gelassenheit
---------------------	--	---	--	---	---

12.30 - 14 UHR MITTAGSPAUSE

14-16.30 Uhr	WS 6 Jutta Höch-Corona Gefühle und andere Mediations-Monster	WS 7 Aniko Kaposvari Über die Nase des Cyrano de Bergerac: Stillübungen	WS 8 Peter Knapp »Bleiben Sie mal sachlich!«	WS 9 Christian Prior Embodied Klärungshilfe – von der Kunst des klaren Blicks und ruhigen Atems	WS 10 Lisa Waas Der Humor von MediatorInnen – Anregungen zur inneren Gelassenheit
---------------------	--	---	--	---	---

17 -18 Uhr **ABSCHLUSS**

Die Spiegelneuronen Erfahrungen, Erkenntnisse und Irritationen der Tage

Veranstalter

Birgit Keydel und Peter Knapp

Kostenbeitrag

Die Teilnahme an der Mediationswerkstatt kostet für beide Tage inklusive Mittagsverpflegung, Pausensnacks und Getränken sowie Werkstattmaterialien 350 €. Die Teilnahme an nur einem Tag kostet 200 €.

1. und 2. Oktober 2015 jeweils **9-18 Uhr**

ort Jugendgästehaus am Berliner Hauptbahnhof
Lehrter Straße 68
10557 Berlin

Anmeldung

Sie können sich nur **online** über unsere Internetseite www.berliner-mediationswerkstatt.de anmelden. Im Zuge des Anmeldeverfahrens entscheiden Sie sich mit Hilfe der Prioritäten 1-3 für die Workshops, an denen Sie teilnehmen möchten. Weitere Informationen, auch über die Inhalte der Workshops und die einzelnen Referent/inn/en finden Sie auf unserer Internetseite.

Koordinatorin

Kerstin Bazin

Telefon 030 3110 26 36

info@berliner-mediationswerkstatt.de

www.berliner-mediationswerkstatt.de