



Isabel Kresse  
Kommunikation im Wandel

# IK Mediationsausbildung

## Mediation, Konfliktkompetenz & Persönlichkeitsentwicklung

### Auf einen Blick

- 1-jährige Ausbildung in 9 Modulen
- 20 Std. Supervision im Preis enthalten
- Fachübergreifend für alle Berufsgruppen
- Vielfältige Methoden & ganzheitlicher Lernansatz
- Praxisbezogen & systemisch
- Neurobiologische & psychologische Grundkenntnisse
- Erweiterung der sozial-kommunikativen Kompetenzen
- Weiterentwicklung der eigenen Persönlichkeit
- Mediation in Zweierkonstellationen, Teams & Gruppen
- Online-Mediation
- Mediative Kompetenzen für Führungskräfte und Berater
- Organisationswissen, Steuerung von Prozessen
- Wirtschafts- & Teammediation, Familienmediation
- Ihr Weg in die Praxis: Einsatz von mediativen Kompetenzen, Mediation
- Begleitung und Supervision beim ersten Praxisfall
- Individuelles Abschlussgespräch
- Falldokumentation für die Lizenzierung Bundesverband Mediation
- Einführung in den Bundesverband Mediation (BM)

### Zum Kennenlernen

Zum Kennenlernen führe ich gerne ein persönliches Vorgespräch mit Ihnen.  
Bitte rufen Sie an, um einen Termin zu vereinbaren.



Isabel Kresse

Kommunikation im Wandel

## Ziele IK Mediationsausbildung

Am Ende der IK Mediationsausbildung sind Sie Mediator\*in und können sich sowohl nach dem **Mediationsgesetz zertifizieren** lassen als auch das **Lizensierungsverfahren** beim Bundesverband Mediation beantragen.

Sie sind in der Lage, in Ihrer **täglichen Kommunikation** mediativ zu agieren und entwickeln ein besseres Standing in Konfliktsituationen. Sie lernen klarer und souveräner zu kommunizieren, und erreichen im Umgang mit Mitarbeiter\*innen, Partner\*in, Kolleg\*innen, Freund\*innen eine zielführende und gelingende Gesprächsführung.

## IK Mediationsausbildung - Allgemeines

Die Ausbildung bei IK hat einen Gesamtumfang von 210 Stunden, davon sind 180 Stunden Seminarzeit, die sich über neun Wochenend-Module erstreckt, 20 Stunden Intervisionsgruppe und 10 Stunden Literaturstudium.

Sie erwerben theoretische und praktische Kenntnisse in den Bereichen personale Kompetenzen, Gestaltung von Beziehungen im Arbeitsalltag und Privatleben sowie die **Steuerung von komplexeren Kommunikationsprozessen**. Hinzu kommen **systemische und interkulturelle Mediation, Wirtschaftsmediation, Familienmediation und Mediation im Team**.

Zu Beginn der IK Mediationsausbildung erlernen Sie, eine mediative Haltung einzunehmen, und üben den **Einsatz von mediativen Kompetenzen**, die sich aus einer wertschätzenden Grundhaltung sich selbst und anderen gegenüber, emotionaler Selbststeuerung, verschiedenen **Interventions- und Fragetechniken, interessensgesteuerter Gesprächsführung**, dem Verständnis für die eigenen Annahmen und Muster sowie der **systemischen Sichtweise auf Organisationen** zusammensetzen.

Daran anknüpfend vermitteln wir Ihnen **Mediation** als abgeschlossenes, kuratives Verfahren in Theorie und Praxis. Dazu gehört eine große Bandbreite von Methoden und ein Einblick in die verschiedenen Anwendungsgebiete der Mediation.

Wir ermutigen Sie, Ihren **ersten Praxisfall** bereits nach dem 5. Modul möglichst vor Ende der Ausbildung durchzuführen.

## Der Lernraum mit der Gruppe

In unserer Ausbildung stellen wir ein **Feld zur Verfügung**, in dem Sie neue Erfahrungen mit sich, in der Beziehung zu anderen Teilnehmenden und der gesamten Gruppe machen können. So wird das gemeinsame Erlernen der **Mediation zu einer Reise**, die über ein Jahr lang dauert und die für viele der IK Absolvent\*innen ein **wichtiger Meilenstein** in ihrem persönlichen und beruflichen Werdegang geworden ist.



Isabel Kresse  
Kommunikation im Wandel

## Vielfalt in der Methodik

Unsere Ausbildung bietet eine große Vielfalt in der Methodik und ist sehr praxisbezogen und ganzheitlich gestaltet. In Zweierkonstellationen, Teams und Gruppen lernen die Teilnehmer\*innen, komplexe Konfliktsituationen zu begleiten und mit Emotionen souverän umzugehen. Entscheidend dabei ist es, **Gelassenheit**, eine **offene Haltung** und **hohe Präsenz in der Führung** zu entwickeln, um in emotional eskalierten Konfliktsituationen souverän zu agieren.

Sie schärfen Ihre Selbstwahrnehmung durch Reflexion. So erreichen Sie mehr Bewusstsein für Ihre Selbststeuerung und schulen die eigene Konfliktfähigkeit.

Wir stellen Ihnen einen **geschützten Raum** zur Verfügung, in dem Sie das Gelernte in Übungen, Rollenspielen, Inter- und Supervision erproben. Das verbinden wir mit Techniken der Selbststeuerung, Entschleunigung sowie dem Improvisationstheater.

Der Praxisanteil von Übungen und Rollenspielen in der IK Mediationsausbildung nimmt 60% der Ausbildungszeit ein. Darüber hinaus ermutigen wir Sie, die mediative Haltung und Techniken in Ihrer täglichen Kommunikation im Berufs- und Privatleben anzuwenden.

## Praxisfeldentwicklung & Supervision

Gegen Ende der Ausbildung entwickeln Sie Ihr eigenes, **individuelles Profil als Mediator\*in**.

Unser Ziel ist, dass Sie Ihre bereits vorhandenen, besonderen Ressourcen und Fähigkeiten mit Mediation **optimal verbinden**. Am Ende knüpft jede\*r seinen oder ihren eigenen roten Faden, mit dem sie/er die erworbenen **Kompetenzen ins Berufsleben** und in den Alltag integriert.

Weiterhin vereinbaren wir mit Ihnen vor Beginn der Ausbildung, dass Sie gemeinsam mit einer\*r weiteren Teilnehmerin einen **praktischen Mediationsfall** durchführen. Die Fallsupervision dazu wird an zusätzlichen Abenden von Kolleg\*innen aus dem Bundesverband Mediation erfolgen. Die Falldokumentation legen Sie Ihren Ausbilder\*innen vor. Damit sind Sie dann zertifizierte\*r Mediator\*in.

Falls Sie die **Lizensierung zum Mediator\*in BM®** anstreben, benötigen Sie vier weitere dokumentierte Mediationsfälle. Für die fehlenden Stunden der insgesamt 10 Stunden Fallsupervision können Sie unser Supervisionsangebot oder das der Regionalgruppe Berlin-Brandenburg vom BM nutzen. 20 Stunden Supervision werden vom **IKM Team** innerhalb der IK Mediationsausbildung durchgeführt.



## Ganzheitlicher Lernansatz – Inhalte

### **Persönlichkeit**

- Ambiguitätstoleranz, auch Ungewissheitstoleranz genannt
- Präsenz & Aufmerksamkeitslenkung
- Emotionale Selbststeuerung
- Erkennen der eigenen Konfliktmuster & Konfliktfähigkeit
- Mentale Modelle
- Rollenbewusstsein

### **Beziehungen: Soziale Kompetenz in der Kommunikation**

- Gesprächsführung gestalten
- Empathie & Wertschätzung
- Verstehen & Zuhören auf verschiedenen Ebenen
- Interessensorientierte Kommunikation
- Erkennen von Beziehungsmustern
- Paar & Familienmediation

### **Organisationen & Unternehmen**

- Gestaltung von komplexen Kommunikationsprozessen
- Prozesssteuerung in Teammediationen
- Mustererkennung in der Dynamik & Konfliktfeldanalyse
- Mediation in Organisationen & Unternehmen & Auftragsklärung

### **Methoden & Techniken**

- Hinhören
- verschiedene Fragetechniken
- Interventionstechniken
- Moderationstechniken
- Gewaltfreie Kommunikation
- Verhandlung nach dem Harvard Konzept



## Mediation

### Theoretische Grundlagen der Mediation

- Theoretischer Hintergrund & Geschichte der Mediation
- Anspruch & ethisches Selbstverständnis der Mediation
- Aufbau & Phasen der Mediation
- Konfliktdefinition, Konfliktenstehung & Eskalation
- Konfliktdiagnose
- Mentale Modelle

### Anwendungsgebiete der Mediation

- Mediation & Recht
- Interkulturelle Mediation
- Systemische Mediation
- Wirtschaftsmediation
- Mediation in Teams & Gruppen
- Paar- & Familienmediation
- Online-Mediation
- Klärungshilfe & Mediation
- Mediation mit Stellvertretern

### Praxisbegleitung und Supervision

- 20 Stunden Supervision bei Übungen und in gestellten & realen Konfliktsituationen
- Interventionsgruppen zum Reflektieren, Austausch & zur Übung

### Der Weg in die Praxis: Profilentwicklung

- Erarbeitung eines eigenen Mediationsprofils
- Visionsfindung, erste Schritte & Maßnahmen



## Ausbildungstermine & Inhalte

- I. 18.11. – 20.11.2022**  
**Grundlagen der mediativen Haltung**  
Kennenlernen und Arbeitsrahmen  
Neurobiologische Grundlagen  
Emotionale Selbststeuerung, Umgang mit Unterschieden  
Kommunikationstechniken
- II. 09.12. – 11.12.2022**  
**Grundlagen der Mediation**  
Interessens- und bedürfnisorientierte Kommunikation  
Fragetechniken  
Geschichte & ethisches Selbstverständnis der Mediation  
Aufbau und Phasen der Mediation, Schwerpunkt: Vorgespräch & Phase I-II
- III. 06.01. – 08.01.2023**  
**Steuerung in Beziehungen, Paar- und Familienmediation**  
Konfliktdefinition, Konfliktenstehung  
Eskalationsstufen von Konflikten  
Beziehungsdynamiken bei Paaren verstehen  
Einstieg in Phase III der Mediation mit vertiefenden Interventionen Selbststeuerung durch Aufmerksamkeitslenkung mit Zielfindung
- IV. 15.02. – 19.02.2023**  
**Persönlichkeitsentwicklung – Rolle und System**  
Differenzierung der Intensität und Ausdruck von Emotionen  
Umgang mit Wut und Aggressionen  
Psychologische Grundlagen  
Einblick in die systemische Beratung  
Konfliktfeldanalyse in Unternehmen und Organisationen  
Herausfordernde Mediationssituationen managen
- V. 24.03. – 26.03.2023**  
**Tools & Anwendungsgebiete der Mediation**  
Sachgerechtes Verhandeln in der Mediation  
Techniken der Phase IV der Mediation  
Ambiguitätstoleranz in der Praxis der interkulturellen Mediation
- VI. 05.05. – 07.05.2023**  
**Mediation im Kontext von anderen Disziplinen**  
Das 1 x 1 der Wirtschaftsmediation  
Mediation und Recht: Vertrag, Abschluss der Mediation



Isabel Kresse

Kommunikation im Wandel

- VII. 30.06. – 02.07.2023**  
**Steuerung & Führung in der Mediation**  
Führung und Präsenz in mediativer Haltung  
Umgang mit Hierarchien  
Klärungshilfe und Mediation  
Praxisfeldentwicklung
- VIII. 01.09. – 03.09.2023**  
**Die hohe Kunst der Mediation**  
Mediation in Teams und Gruppen  
Moderationstechniken
- IX. 11.10. – 15.10.2023**  
**Mediation in Teams und Gruppen in der Praxis & Finale**  
Mediation in Teams und Gruppen in der Praxis  
Einführung in die Stellvertreter Mediation  
Werkstatt Mediation & Supervision  
Präsentation & Abschluss

**Trainingszeiten: Module I-III und V-VIII:** Freitag: 18.30 - 21.30 Uhr, Samstag: 9.30 - 18.30 Uhr, Sonntag: 9:30 - 16.00 Uhr.

**Module IV und IX:** Mittwoch: 11.00 – 18.30, Donnerstag, Freitag, Samstag: 9.30 - 18.30 Uhr, Sonntag: 9:30 – 13.00 Uhr.

**Tagungsort:** Die Module I. – III. und V. – VIII. finden im Raum W6, Wartburgstraße 6 in 10823 Berlin statt. Für die Abschnitte IV. und IX. reisen wir in ein Seminarhaus ins Umland. Die genaue Adresse wird noch bekannt gegeben.

**Stundenanzahl:** Zu den Präsenzseminaren kommen mind. 20 Stunden Intervention, 10 Stunden Literaturstudium sowie 10 Stunden (Fall) Supervision (nicht im Preis enthalten) hinzu.



Isabel Kresse

Kommunikation im Wandel

## Voraussetzungen und Zielgruppen

Die IK Mediationsausbildung ist für alle Berufsgruppen offen. Teilnehmen kann jede\*r, die\*der mehr Kenntnisse und **Professionalität in sozial-kommunikativer Kompetenz** erreichen und **Mediator\*in** werden möchte. **Voraussetzungen** für Ihre Teilnahme sind Ihre Bereitschaft zur Selbstreflexion und Auseinandersetzung mit dem Thema Konflikt.

Uns ist wichtig, diejenigen in besonderer Weise anzusprechen, die für eine **gelungene Kommunikation** zwischen Menschen verantwortlich sind:

- Führungskräfte & Manager\*innen
- Geschäftsführer\*innen & Unternehmer\*innen
- Berater\*innen & Trainer\*innen
- Personalentwickler\*innen
- Jurist\*innen
- Ingenieur\* & Architekt\*innen
- Menschen in medizinischen & pflegerischen Berufen
- Psycholog\*innen & Menschen aus psychosozialen & pädagogischen Berufsfeldern
- Personen aus kaufmännischen Berufen.

## Zertifikat - Abschluss

Die IK Mediationsausbildung entspricht den **Richtlinien des Bundesverbandes Mediation (BM)** und **wird von einer lizenzierten Ausbilderin geleitet**. Nach erfolgreichem Abschluss erhalten Sie ein IK Zertifikat. Voraussetzungen dafür sind die Teilnahme an den Modulen sowie die Durchführung eines Praxisfalls mit Supervision inklusive Falldokumentation.

Damit können Sie sich nach der derzeitigen „Rechtsverordnung zum\*r **zertifizierte\*n Mediator\*in**“ anerkennen lassen und mit vier weiteren dokumentierten Praxisfällen Ihre **Lizensierung zum Mediator, Mediatorin BM®** beantragen. Falls Sie die Voraussetzungen nicht erfüllt haben, erhalten Sie eine Teilnahmebescheinigung über die Stunden, in denen Sie anwesend waren.





Isabel Kresse

Kommunikation im Wandel

## Anmeldung & Kosten

**Zur verbindlichen Anmeldung** schließen Sie mit uns einen Vertrag ab und leisten eine Anzahlung in Höhe von 500,00 €.

**Für Selbstzahler\*innen: 3.700,00 €** Einmalzahlung.

**Bei Ratenzahlung:** 3.900,00 €, monatlich 325,00 €.

**Für Unternehmen: 4.400,00 €** bei Einmalzahlung.

**Bei Ratenzahlung:** 4.600,00 €, monatlich 385,00 €.

**Für NGOs, soziale und andere Nonprofit Organisationen: 3.900,00 €** bei Einmalzahlung.

**Bei Ratenzahlung:** 4.100,00 €, monatlich 342,00 €.

Hinzu kommen Kosten für die Supervision (10 Stunden, 300,00 €) sowie die Unterkunft und Verpflegung im Seminarhaus.

Die IK Mediationsausbildung ist von der Erhebung der Umsatzsteuer befreit.

**Ratenzahlung** ist nach Absprache möglich. Die IK Mediationsausbildung ist vom Land Berlin und Brandenburg als **Bildungsurlaub** anerkannt.

Für diese Weiterbildung kann eine **Bildungsprämie** beantragt werden.

## Kontakt

Sie erreichen IK Berlin unter 030. 85 99 47 88 oder per E-Mail [info@isabelkresse.de](mailto:info@isabelkresse.de) oder auf [www.isabelkresse.de](http://www.isabelkresse.de).

## Einladung zum Informationsabend

Zum Kennenlernen lade ich Sie herzlich zum Informationsabend am **27. September 2022 von 19:30 Uhr bis 21:00 Uhr** ein. Er findet online per Zoom und offline im Raum W6 statt. Zur Anmeldung senden Sie mir bitte eine Mail an [info@isabelkresse.de](mailto:info@isabelkresse.de).



Isabel Kresse

Kommunikation im Wandel

## Ausbildungsleitung

**ISABEL KRESSE, M. A., Inhaberin IK  
Mediatorin BM®, Ausbilderin BM®, Beraterin,  
Coach**

Meine Mediationsausbildung von 1995-1996 war ein wichtiger Meilenstein in meinem Leben. Ich habe dort meine Berufung als Mediatorin gefunden und meinem Leben eine neue Richtung gegeben. Meine Aufgabe sehe ich darin, Menschen einen Raum zur Verfügung zu stellen, in dem sie miteinander ins Gespräch kommen, voneinander lernen und neue Erfahrungen machen können. Ich begleite Menschen und Unternehmen dabei, in einer guten Balance aus individueller Freiheit und kollektiver Verantwortung eine Struktur aufzubauen, in der die Aufgaben und Rollen klar verteilt sind und gleichzeitig eine aufrichtige Kommunikation möglich ist. Englisch spreche ich fließend. In der IK Mediationsausbildung teile ich mit den Teilnehmenden mein Wissen, meine praktischen Erfahrungen und meine Authentizität.

Mein Anliegen ist, den Teilnehmenden eine tragende, mediative Haltung und eine hohe Souveränität im Umgang mit Mediationskompetenzen und Konflikten zu vermitteln.

Seit 2015 bin ich Co-Sprecherin des Ältestenrats im Bundesverband Mediation.

Ich bin Wahlberlinerin, bin verheiratet und habe zwei Kinder und einen Bonussohn -und Enkel.



**Germanistin, Amerikanistin, M. A.  
Aus- und Weiterbildungen:**

Mediative Kompetenzen in Führung und Beratung, Konfliktkultur, Wien, Klärungshilfe (Christian Prior, C. Thomann), Mediation (245 Std), systemische Familien- und Organisationsaufstellung (Dr R. Dötsch), Paar Counseling, Therapeutische Techniken im Coaching: (Voice Dialoge (Hal & Sidra Stone), Skulptur Aufstellung, Essenzarbeit, Almaas, Projektionen), Trauerarbeit & Gruppendynamik (Turya v. Hannover), Tanz (Biodanza), Gewaltfreie Kommunikation (M. Rosenberg),



Isabel Kresse

Kommunikation im Wandel

### **ELIZA CHARU HERMSDORF**

#### **Bachelor in Business Administration, Mediatorin, Familienaufstellerin**

Nach einem bewegten beruflichen Weg als Event und Projektmanagerin, mit Ausflügen im Bereich der Filmproduktion, ging ich 2014 nach Mallorca, um DIMA Mallorca, einem Zentrum für bewusstes Leben mitzugründen. Nach 4 Jahren auf der Insel führte mich mein Leben wieder zurück in meine Geburtsstadt Berlin. In meiner Zeit als Co-Leitung von DIMA lernte ich viel über das Thema Kommunikation und Führung.

Parallel dazu besuchte ich viele Kurse in den Bereichen Selbsterfahrung und Achtsamkeit, in denen ich mir selbst näherkam und mehr über das Menschsein in einem System wie der Gesellschaft oder einer Gemeinschaft erfuhr.

Mit der Ausbildung zur Mediatorin bei IK Kommunikation im Wandel bekam ich eine klare innere Ausrichtung, in der die Kommunikation das Herzstück bildet. Seitdem prägt die Mediative Haltung meine Arbeit und meine Beziehungen. Das hat mich veranlasst im Bereich des systemischen und der Kommunikation weiter zu forschen und entdecken.

In meiner Arbeit leiten mich meine aufrichtige Neugier, Faszination und Zuneigung zu allem, was uns als Menschen ausmacht. Mit klarer Präsenz halte ich achtsam und liebevoll den Raum für die stattfindenden Prozesse.

Seit 2017 arbeite ich als Mediatorin, Konfliktberaterin und Coach und lehre im Bereich Train the Trainer und Mediation in Berlin. Ich spreche Englisch und Spanisch fließend. Ich lerne mit großer Freude und Neugier seit 2019 das systemische Familienstellen und leite Redekreise zum Thema Schattenarbeit und Selbsterfahrung.



#### **Bachelor of Business Administration**

##### **Aus- und Weiterbildungen**

Systemisches Familienstellen (Praxis Donald Guss, Berlin), Trainerausbildung (Moves Seminarzentrum), IK Mediationsausbildung (IK Kommunikation im Wandel, Berlin), Gesprächs- und Gestalttherapie-Basiskurs, (Institut für transpersonal Gestalttherapie, Stuttgart), Systemisches Familienstellen (UTA Akademie, Köln)