



## Was leiste ich als Mediatorin für Sie im privaten Umfeld?

Mediation gibt Konfliktparteien die Möglichkeit  
Lösungen zu finden, die weit über einen  
Kompromiss hinausgehen.

### Anette Gohlke

Mediatorin | Kommunikationstrainerin  
Grafenwerthstr. 7 | 50937 Köln  
Mobil 0172/838 50 61 | kontakt@anettegohlke.de  
[www.anettegohlke.de](http://www.anettegohlke.de)



## **Sie wollen eine Lösung und keinen Kompromiss?**

Mediation bietet die Chance eine Win-Win Situation aus ihrem Konflikt zu machen. Im Unterschied zu einem Gerichtsverfahren gestalten Sie Ihre Lösungen mit Hilfe der Mediatorin eigenständig. Diese gehen oft weit über einen Kompromiss hinaus.

## **Mediation ist in nahezu allen Bereichen des Lebens möglich**

Im menschlichen Kontakt sind Konflikte völlig natürlich. Ein konstruktiver Umgang mit einem Konflikt bietet die Chance auf Entwicklung und Wachstum der Konfliktparteien, sodass nach einer erfolgreichen Mediation der Umgang miteinander (wieder) kooperativ, partnerschaftlich und friedvoll sein kann.

Mediation ist in nahezu allen Bereichen des Lebens möglich: In Wirtschaftsunternehmen und Organisationen, Gemeinden und Kirchen, Erziehung und Bildung, Planen und Bauen, genauso wie in Familie, Nachbarschaft, Sport und Gesundheitswesen.

## **Mediation ist immer dann sinnvoll, wenn**

- Sie keine gemeinsame Lösung mehr für Ihren Konflikt sehen.
- die Kommunikation abgebrochen ist.
- Sie eine Veränderungen Ihrer Lebensumstände planen.  
Hier unterstützt eine Mediation sogar präventiv.

## **Sie wollen aus einer verfahrenen Situation herausfinden und gemeinsam gewinnen?**

## **Die 5 Phasen einer Mediation**

In der **Einleitung** schaffen wir die Grundlagen für die Mediation. Darauf folgt die **Darstellungsphase**, in der die Konfliktpartner ihre Anliegen schildern. Zunächst sammeln wir alle relevanten Themen. Danach priorisieren die Parteien gemeinsam die Reihenfolge der Bearbeitung ihrer Themen. In der sich anschließenden **Klärungsphase** besprechen wir die gewählten Themen eingehend, mit dem Ziel, die Handlungen und Beweggründe des jeweils anderen zu verstehen. Die Perspektivübernahme ist wesentlich in der Mediation. Ist dies gelungen, geht es nahezu automatisch in die **Lösungsphase** über. Nun sammeln alle Beteiligten mögliche Lösungen, überprüfen sie auf Realisierbarkeit, Tragfähigkeit und Nachhaltigkeit und entscheiden gemeinsam über ihr weiteres Vorgehen.

In der fünften Phase wird die getroffene **Vereinbarung** schriftlich fixiert. Dies sichert neben der sofortigen Klarheit auch die Möglichkeit einer regelmäßigen Überprüfung im Nachgang zur Mediation. Hilfreich und sinnvoll ist es, einen Folgetermin zu vereinbaren - entweder zwischen den Parteien alleine oder zusammen mit mir als Mediatorin.

IM VERGLEICH

## **Worin besteht der Unterschied zwischen einem Gerichtsprozess und einer Mediation?**

Streit  
Position, Rechte, Ansprüche  
Sachebene  
Vergangenheit / Fehler  
Gewinner-Verlierer  
Entscheidung fremdbestimmt  
Zeit-Kosten-Nerven verzehrend

Zusammenarbeit  
Interessen / Ziele  
Sach- und Beziehungsebene  
Zukunft / Lösung  
Gewinner - Gewinner  
Entscheidung selbstbestimmt  
Zeit-Kosten-Nerven-schonend