

## Was will **dime**?

**dime** trägt durch Mediation und die Förderung einer mediativen Haltung zur besseren Verständigung bei.

## Was bietet Ihnen **dime**?

Zum Zusammenleben mit Menschen gehören Differenzen, aus denen Konflikte entstehen können.

**dime** unterstützt Sie darin, einen konstruktiven Umgang mit Differenzen und Konflikten zu finden.

**dime**, auf spanisch „sag mir“, enthält sowohl die Aufforderung zu sprechen, als auch die Zusage zuzuhören.

In diesem Sinn bietet Ihnen **dime**:

- Analyse und Beratung in Konfliktsituationen
- Durchführung von Mediationen
- Workshops
- Finanzielle Unterstützung für Mediationen

Kontaktieren Sie uns:

**dime** 

Tel. 079 758 72 14

info@di-me.ch

www.di-me.ch

**dime** wird unterstützt von:

**MIGROS**  
kulturprozent



**Fachstelle OeMe**  
(Ökumene, Mission,  
Entwicklungszusammenarbeit)

**dime**

dienststelle für mediation



### Konflikte verstehen

#### Inhalte:

- Was ist ein Konflikt?
- Welche Formen und Ausprägungen von Konflikten gibt es und wie entwickeln sie sich?
- Wie fest werden wir vom Konflikt bestimmt und warum?

#### Ziele:

Die Teilnehmenden

- kennen verschiedene Formen und mögliche Hintergründe von Konflikten
- lernen Instrumente zur Analyse und zur Beschreibung von Konflikten kennen und anwenden
- machen sich mit dem Verlauf und der Dynamik von Konflikten vertraut
- reflektieren das eigene Konfliktverhalten

### Konflikte angehen

#### Inhalte:

- Welche Bedeutung haben Emotionen in der Bearbeitung von Konflikten?
- Wie finden Eskalation und Deeskalation von Konflikten statt?
- Was für Rollen im Konfliktsystem gibt es?
- Was für Instrumente für den konstruktiven Umgang mit Konflikten stehen zur Verfügung?

#### Ziele:

Die Teilnehmenden

- lernen Instrumente für den konstruktiven Umgang mit Konflikten kennen und anwenden
- setzen sich mit ihrer Rolle in konkreten Konfliktsystemen auseinander
- lernen die Möglichkeiten und Grenzen der Bearbeitung von konkreten Konflikten einschätzen

### Konflikten vorbeugen

#### Inhalte:

- Welche Bedeutung kommt Kommunikationstilen und -techniken bei der Vorbeugung von Konflikten zu?
- Welche Instrumente und Methoden tragen zu einer konfliktpräventiven Kommunikation bei?
- Wie gehen wir konstruktiv mit (kulturellen) Unterschieden um?

#### Ziele:

Die Teilnehmenden

- erkennen den Zusammenhang zwischen Kommunikation und Konflikt
- lernen Instrumente und Methoden der konstruktiven, konfliktpräventiven Kommunikation kennen und anwenden
- üben sich darin, konfliktive Situationen zu erkennen und anzugehen
- reflektieren ihren individuellen Kommunikationsstil