

MEDIACJE

w duchu Porozumienia bez Przemocy (NVC)



Mediacje w duchu Porozumienia bez Przemocy (NVC)

Roczny kurs mediacji z certyfikowanym trenerem CNVC
Yoramem Mosenzonem (Holandia / Izrael)

[English version](#)



Yoram Mosenzon – certyfikowany trener CNCV, coach i mediator. Kiedy 15 lat temu spotkał NVC był tancerzem i choreografem. siedem lat temu został certyfikowanym trenerem zakończył aktywność artystyczną aby swój cały czas i energię skierować na dzielenie się NVC.

Teraz jest pełnoetatowym, międzynarodowym trenerem i prowadzi szkolenia dla grup otwartych, nauczycieli, rodziców, biznesu i zespołów w Holandii, Francji, Izraelu, Belgii, Polsce, we Włoszech i innych krajach.

- **Pięć trzydniowych sesji**
- **Termin:** Wrzesień 2016 – Maj 2017
- **Miejsce:** Kraków
- **język angielski** z tłumaczeniem na **język polski**

„Mediator” to nazwa zawodu, ale także jakość obecności, którą można manifestować w setkach codziennych sytuacji.

Ten kurs jest przeznaczony dla wszystkich –dla osób, które pracują w biznesie, terapii, polityce, pracy socjalnej, edukacji. Skoncentrowany jest na nabyciu umiejętności, które będą przydatne w każdej dziedzinie Twojego życia – zarówno prywatnej, jak i zawodowej. Ten kurs jest również dla Ciebie jeśli myślisz o mediacjach jako o przyszłym zawodzie.

‘Mediowanie’ to podstawowa umiejętność społeczna. ‘Konflikt’ to niekoniecznie dwoje ludzi, którzy na siebie krzyczą. Tak często zdarzają nam się małe nieporozumienia, napięcia, niewypowiedziane frustracje i wyzwania we współpracy pomiędzy ludźmi – na małą, średnią i dużą skalę. ‘Mediacja w życiu codziennym’ wychodzi z założenia, że często potrzeba trzeciej osoby, która może wesprzeć w rozwiązywaniu konfliktu. Kiedy dwoje ludzi jest w silnych emocjach, mają mniejszą możliwość być w empatycznym kontakcie za sobą, czyli widzenia w sobie nawzajem piękna. Mediator to po prostu trzecia osoba, która jest spokojna i posiada konkretne umiejętności pomocy w odtworzeniu więzi i współpracy.

Chciałbym, aby tego podejścia uczono w szkołach od szóstego roku życia. Marzy mi się świat, w którym wszyscy ludzie mają takie umiejętności, dzięki którym mogą wspierać zrozumienie, współpracę i więź, także wtedy, gdy pojawiają się konflikty, nieporozumienia albo różnice opinii.

Jeśli spędzasz czas z dziećmi, przyjaciółmi, znajomymi, na spotkaniach w pracy lub spotkaniach rodzinnych – z pewnością masz już jakieś umiejętności mediowania.

Ten kurs da Ci umiejętności, narzędzia, doświadczenie, jasność i kompetencje aby prowadzić profesjonalne mediacje, jak również aby inicjować codzienne mediacje w wielu życiowych sytuacjach.

Nauczmy się Intencji, Sztuki i Techniki Mediacji, czyli skoncentrujemy się na:

- Pogłębieniu naszych umiejętności empatycznych
- Strukturze mediacji: przed, w trakcie i po
- Podstawowym rytmie mediacji: pięciu krokach do przekazania wiadomości
- Umiejętnościach z zakresu przerywania, które prowadzi do kontaktu
- Tym, jak wypracowywać trwałe rozwiązania,
- Tym, jak wyjść poza NIE (jak kontynuować kiedy jedna lub obie strony w konflikcie nie zgadzają się na sugestię)
- Zasadach, które sprzyjają wnoszeniu głębi zmieniającej konflikt w kontakt
- Tym, jak pozostawać bezstronnym
- Kontakcie z sobą i wyrażaniu siebie w pracy mediatora
- Tym, jak wyjść poza koncept sprawiedliwości
- Mediacji wewnętrznej w konflikcie wewnętrznym (mediowanie konfliktów między różnymi głosami u jednej osoby)
- Jak pozostać w zgodzie ze sobą i doceniać konflikt, nawet wtedy kiedy się zaostrza
- Tym, jaka jest rola 'Mediatora' i za co 'Mediator' jest tak naprawdę odpowiedzialny?
- Jak sprawić, by Mediacja była przyjemna i znacząca, a nie była pracą pod presją?
- I wielu innych...

Praktyka:

Będziemy ćwiczyć, często w trójkach, scenki i przykłady z życia (także przykłady żywe, które wydarzają się tu i teraz) – aby uczyć się ucieleśniać idee NVC i mediacji w życiu.

Inwestycja czasowa:

- 15 dni (5 zjazdów po 3 dni)
- Partner empatyczny: 40 min – 1 godz. raz w tygodniu (z różnymi partnerami, przez Skype lub na żywo)
- Praktyka Mediacji w trójkach: 2-3 godziny, co trzy tygodnie (z różnymi uczestnikami, przez Skype lub na żywo)

Wymagane doświadczenie:

Ten kurs jest dla Ciebie jeśli masz za sobą co najmniej 60 godzin warsztatów NVC (8 dni)

Gdzie: Kraków, Polska (miejsce zostanie podane w późniejszym terminie)

Kiedy:

1. 23-25 Września 2016
2. 25-27 Listopada 2016
3. 27-29 Stycznia 2017
4. 24-26 Marca 2017
5. 26-28 Maja 2017

english version

NVC Mediation Training

Suitable for international participants: Training will be given in English and with Polish translation.

15 days (5 X 3 days) workshop with CNVC trainer Yoram Mosenzon (Netherlands/Israel)

September 2016- May 2017

In Krakow, Poland, Kobierzyńska 24

„Mediator” is a name of a profession and also a quality of presence I can manifest in hundreds of day to day situations.

This course is designed for you who want to learn mediation both as a „life skill” and/or aim to have it as a profession.

„Mediation” is a fundamental social skill. „Conflict” is not necessarily 2 people shout at each other. So often there are little misunderstandings, tensions, unspoken frustrations and challenges in cooperation between people- on small, medium and large scales.

„Mediation in daily life” is coming from the assumption that „The structure of 2 is not enough”. When 2 people are stimulated, they are less available to Empathize with each other (see the beauty in one another). Mediator is simply a third party who is not stimulated and have the skills to help to re-create connection and cooperation.

I would wish it to be taught in schools from the age of 6... I dream of a world where all human beings have mediation skills, to support understanding, cooperation and connection, also when conflicts, misunderstandings or difference in opinions arise.

If you happen to have time with children, friends, colleagues, or having time in group meetings and family gatherings- you surely have some Mediation skills already...

This course will give you skills, tools, experience, clarity and competence to lead professional Mediations as well as initiate day to day Mediations in many life situations.

We will learn the Intentions, Art and Craft of Mediation:

- ˘ Deepening Empathic skills (Empathy being the bread & Butter of a Mediation).
- ˘ Mediation structure: pre-mediation, Mediation, post Mediation
- ˘ „The 5 movement of passing a message”- The basic rhythm of a Mediation.
- ˘ Skills in „interruption that brings connection”
- ˘ How to lead toward sustainable agreements?
- ˘ How to go beyond „NO” (how to continue when 1 or both of the parties in conflict does not agree to a suggestion)
- ˘ “Instead of going to court, shall we go deep?”- Principles in bringing depth that move conflict into connection
- ˘ How to be impartial?
- ˘ Self-connection and self-expression as a mediator
- ˘ How to go beyond concepts of fairness?
- ˘ Inner mediation to inner conflict (Mediating conflict between different voices within one person)
- ˘ How to enjoy conflicts, and how to stay centered when conflict become „hot”? What really is the role of a Mediator and what the Mediator is really „responsibility” for? → How to make Mediation into a fun meaningful moment rather than as a stressed/pressure job.
- ˘ And more...

Practice:

Often in Trios, we will practice role-plays and real life examples (including LIVE situations that happen in the here and now)- to learn and embody the NVC and mediation skills into your life.

Time investment:

→ 15 days (5 times 3 days)

→ Empathy buddy: 40m-1h once a week (with a changing fellow participant, via skype or in person)

→ Trio Mediation practice 2-3 hours once every 3 weeks (with a changing fellow participants via skype or in person)

Required amount of Experience:

This course is open for you if you did a minimum of 60 hours of NVC trainings.

Where: , Poland, Kraków, Kobierzyńska 24 street

When: 23-25 September 2016

25-27 November 2016

27-29 January 2017

24-26 March 2017

26-28 May 2017

Time: every day 10:00-18:00