

MEDIATION

Streit auflösen

Zukunftsorientiert

Kommunizieren

Lösungen finden

Konflikt beenden

MEDIATIONSANALOGE

SUPERVISION

Respektvoll

Frieden schaffen

Ressourcen nutzen

Kreativ

Vertraulich

INNER-COACHING

Eigenverantwortlich

Vertrauen aufbauen

Konstruktiv

Christina Gnägi

Mediatorin SDM-FSM
Supervisorin (MAS) AIP
InnerCoach AIP

📍 Riedhofstrasse 396
8049 Zürich-Höngg

☎ +41 78 629 71 47
+41 44 341 32 86

✉ cg@mccg.ch

🌐 www.mccg.ch
www.mccg.blog

Sie wissen gerade nicht so recht, wo es langgehen soll?

Sie suchen eine Sparringspartnerin?

Sie stecken mitten in einem Konflikt?

... dann sollten wir uns kennenlernen, und weil Sie gerade diesen Flyer in der Hand halten, fange ich bei mir an ...

• **Wer ich bin**

Ich habe langjährige Erfahrung im IT-Umfeld als Spezialistin für Kommunikation und Marketing sowie immer wieder als Verantwortliche für Spezialprojekte in unterschiedlichen Kontexten. Viel wichtiger für Sie, liebe Leserin, lieber Leser ist, dass ich ausgebildete und vom Schweizerischen Dachverband Mediation SDM-FSM anerkannte **Mediatorin** bin sowie über Ausbildungen in **mediationsanaloger Supervision (AIP)** und **InnerCoaching (AIP)** verfüge.

• **Was ich tue**

Ich begleite und unterstütze Menschen, die ihren Weg zukunftsorientiert gehen wollen. Menschen wie Sie, die wissen, dass die **Vergangenheit** sie zu der Persönlichkeit geformt hat, die sie **heute** sind, und die ihre **Zukunft** in die Hand nehmen sowie ihren Weg bewusst gestalten wollen. Dabei stehen mir Berufs- und Lebenserfahrung sowie ein umfassender «Werkzeugkasten», aus Mediation, Supervision und Coaching zur Verfügung. Welches das für Sie geeignete Werkzeug ist, hängt von Ihren Zielen ab. Ich unterstütze Sie. - So oder so und ganz unvoreingenommen.

• **Wen ich begleite**

Menschen, die Fragen sich beantworten möchten zu **Konflikt, Konfliktprävention** (weshalb überhaupt erst einen Streit entstehen lassen?), **Neuorientierung, Zukunftsgestaltung, beruflicher oder privater Weiterentwicklung** usw.

• **Weshalb ich kann, was ich tue**

2 jährige Ausbildung zur Mediatorin • Anerkennung als Mediatorin SDM-FSM • WiMeP | Wirtschaftsmediation Praxis • Mediation in Organisationen • Interkulturelle Mediation • Minimax-Mediation: Wenig Zeit - viel Ergebnis • Ausbildung in Mediationsanaloger Supervision (AIP) • Ausbildung in InnerCoaching (AIP)

(Auszug aus meinem Ausbildungsparcours)

Ist «Mediation», «Supervision» oder «InnerCoaching» das Richtige für mich?

Diese Frage lässt sich nur im persönlichen Gespräch klären. Rufen Sie mich an und stellen Sie mir Ihre Fragen. - Ihr Anruf ist kostenfrei und unverbindlich!

Wie sieht es mit der Diskretion aus?

Selbstverständlich behandle ich Ihre Fragen und Informationen jederzeit mit der gebührenden Diskretion.

Was denkt sie wohl von meinem Anliegen?

Ich habe grossen Respekt vor Ihnen und Ihrer Entscheidung, mit den Herausforderungen in Ihrem Leben konstruktiv umzugehen! Dies erfordert eine grosse Portion Mut und Entschlossenheit. Deshalb brauchen Sie sich keine Gedanken darüber zu machen, was ich von Ihnen oder Ihrer Situation denken könnte. Das Leben ist voller Herausforderungen und wichtig ist, dass Sie sich ihnen stellen!

Wie sieht es mit den Kosten aus?

Mediation, Supervision und InnerCoaching sind sehr unterschiedliche Disziplinen. Deshalb würde eine Preisliste den Rahmen dieser Broschüre sprengen. Rufen Sie mich an und klären Sie diese Frage im Gespräch.



Christina Gnägi
Mediatorin SDM-FSM
Supervisorin (MAS) AIP • InnerCoach AIP

Anwendungsbeispiele:

- Konfliktmanagement
- Konfliktprävention
- Teambildung
- Fusion oder Umstrukturierung
- Nachbarschaftsstreit
- Projekt in Schräglage
- Streit im Verein
- u.v.m.

[www.mccg.ch/
was-ist-mediation](http://www.mccg.ch/was-ist-mediation)

Mediation

Konflikte entstehen, wenn Interessen, Ziele und/oder Wertvorstellungen tatsächlich oder vermeintlich unvereinbar oder gegensätzlich sind. Es gibt Konfliktpotenzial, wo immer Menschen miteinander zu tun haben. Konflikte sind Bestandteil unseres Lebens, sowohl beruflich als auch privat. - Unabhängig davon, ob wir sie wollen oder nicht. Konflikte lassen sich nicht vermeiden, sie sind da, weil Menschen unterschiedlich sind, unterschiedliche Interessen verfolgen, verschiedene Meinungen vertreten oder schlicht unterschiedliche Charakteren haben. Manchmal ist es ganz einfach, mit diesen Unterschieden umzugehen, manchmal führen sie zu Spannungen oder eskalieren sogar.

Mediation ist ein wirksames Verfahren zur zukunftsorientierten Lösung jeglicher Art von Konflikten. Mediation konzentriert sich nicht auf die vergangenheitsbezogene Frage nach Schuld oder Unschuld bzw. Recht oder Unrecht, sondern auf die nachhaltige Bewältigung bestehender Konflikte in der Gegenwart und für die Zukunft. Ziel einer Mediation ist das Erarbeiten einer tragfähigen Lösung im Sinne und zum Nutzen aller Beteiligten.

Mediation kann überall dort angewendet werden, wo zwischen zwei oder mehreren Personen ein Konflikt besteht und diese den Willen haben, ihn auf einvernehmliche Art und Weise zu bearbeiten und zu lösen.

Als Mediatorin unterstütze ich Sie dabei, Ihre individuelle und für Sie faire Lösung Ihrer Konfliktsituation zu finden.

Supervision

Oft kommen im Alltag der Austausch mit den Kollegen, Partnern, Mitgliedern etc. sowie die gegenseitige Unterstützung zu kurz. Dies gilt besonders in anspruchsvollen Situationen, wie sie im Beruf, im Team, im Verband, im Verein etc. entstehen können. Wenn Sie Unterstützung bei der Bewältigung der vor Ihnen liegenden Aufgaben suchen, Ihr Handeln reflektieren oder Ihre Kompetenzen vertiefen möchten, kann Ihnen Mediationsanaloge Supervision (MAS) zu den gesuchten Antworten verhelfen.

Als Supervisorin unterstütze ich Gruppen, Teams und Einzelpersonen in ihren Veränderungs-, Entwicklungs- und Lernprozessen. Mediationsanaloge Supervision ist stets lösungsfokussiert und zukunftsorientiert. Faktoren wie Gesamtkontext und fachliche bzw. situationsbedingte Spezifika sind wichtige Bausteine, die in der Mediationsanalogen Supervision in die Betrachtung einbezogen werden. Der transparente Umgang mit Macht und das Wahren der eigenen Unabhängigkeit gegenüber dem Umfeld sind ebenfalls wichtige Aspekte.

Ziel der Mediationsanalogen Supervision ist es, die Teilnehmerinnen und Teilnehmer dabei zu unterstützen, ihre Vorgehensweise konkret zu verbessern, ihr Verhaltensrepertoire zu erweitern und etwaige Schwierigkeiten in anderem Licht zu sehen. Die Aufarbeitung von Vergangenheit sowie die Analyse biografischer Fälle stehen nicht im Zentrum der Supervision, sondern die Entwicklung von ressourcen- und zukunftsorientierten Lösungen.

Anwendungsbeispiele:

- Teamsupervision
- Gruppensupervision
- Fallsupervision
- Einzelsupervision
- Supervision für Mediatoren
- u.v.m.

[www.mccg.ch/
supervision](http://www.mccg.ch/supervision)

Anwendungsbeispiele:

- Laufbahnfragen
- Burn-out-Prävention
- Wichtige Entscheidungen
- Konzeptentwicklung
- Weggabelungen im Leben
- Neuorientierung
- Standortbestimmung
- u.v.m.

[www.mccg.ch/
innercoaching](http://www.mccg.ch/innercoaching)

InnerCoaching

Entscheidungen über Entscheidungen! Täglich fällen wir Entscheidungen, die uns leichtfallen, z.B. darüber, was wir anziehen oder essen wollen. Manchmal stehen wir aber vor lebensverändernden Fragen, z.B. wie es beruflich weitergehen soll, ob wir eine Beziehung eingehen oder beenden wollen. An jeder Weggabelung geht es darum, sich für eine Richtung zu entscheiden und von dieser Entscheidung überzeugt zu sein.

Je wichtiger uns ein Thema ist, umso grösser ist für uns die Tragweite unserer Entscheidung. Wir stellen uns vor, was aus der getroffenen Wahl resultieren könnte und wie sie sich emotional und/oder materiell auf uns auswirken wird. Wir entscheiden uns für jene Option, von der wir hoffen, sie werde uns am glücklichsten machen.

Was aber tun, wenn wir uns nicht sicher sind? Wenn wir zwischen zwei gleich interessanten Möglichkeiten wählen sollen? Wenn wir uns wie der sprichwörtliche Esel fühlen, der zwischen zwei gleich verlockenden Heuhaufen steht und sich nicht entscheiden kann, von welchem er fressen will, und deshalb verhungert?

Je länger wir uns mit offenen Fragen auseinandersetzen, umso mehr - oft unausgesprochene und unbewusste - Lösungsoptionen entwickeln wir und umso grösser kann die eigene Unsicherheit werden. Beim InnerCoaching unterstütze ich Sie dabei, eigenständig und autonom Ihren persönlichen Weg zu finden, damit Sie ihn mit Überzeugung gehen können.